என்றும் உங்களுடன் புத்தகம்-1

மங்கையர் மலர்

NGAYAR MALAR பிப்ரவரி 2008 292 பக்கங்கள் ரூ.18/-

ணைப்பு
மஹநந்தி
ஸைஸன்ஸ்
64!

3 புத்தகங்கள்

பி.சரோஜாதேவி தொடர் ஆரம்பம்

ஆண்டு மலர்

அதிக











கல்கி

தரத்திலும் நம்





அட்டை - I - பி. சரோஜாதேவி
அட்டை - II - ஹனி
வண்ணப்படம்: சங்கர் சத்யமூர்த்தி



கிட்ட குழி தோண்டி தூர குவி!

கிராமத்துப் பள்ளியில் பணிபுரியும் இடைநிலை ஆசிரியை நான். நான்காம் வகுப்பு மாணவர்களுக்கு அறிவியல் பாடம் நடத்தும்போது (கண்களின் பாதுகாப்பு) கிட்டப் பார்வைக்கு குழிலென்சும், தூரப் பார்வைக்கு குவிலென்சும் அணிய வேண்டும் என்பதை மாணவர்களுக்குப் புரிய வைக்க, "கிட்டக் குழி தோண்டி தூர குவி!" என்ற சொற் றொடரைக் கூறி விளக்கினேன்.

"கிட்டப்பார்வைக்கு குழி லென்ஸ்
தூரப் பார்வைக்கு குவி லென்ஸ்" என்று புரியவைத்தேன்.

மறுநாள் கேட்கும்போது அனைத்து மாணவர்களும் தெளிவாக எழுதிக் காட்டினர். நீங்களும் இதைப் பின்பற்றலாமே!

- சு. கண்ணகி, மிட்டூர்.



சுடற்கரையில் விளையாடிக் கொண்டிருந்த அந்தப் பெண் குழந்தைக்கு எட்டு வயதிருக்கலாம். அலையிலும், மணலிலும் புரண்டதில், ஃப்ராக்கெல்லாம் நனைந்து, மண்ணாகி விட்டது. வேறொரு சட்டையை மாற்ற அந்தக் குழந்தையின் தந்தை முயற்சிக்க, ''நோ டாடி! ஷேமா இருக்கு!'' என்று ஒரேயடியாக மறுத்து விட்டாள். ஈரச் சட்டையுடனேயே, பைக்கில் கூட்டிச் சென்றார்கள்.

இன்னொரு சம்பவம்... மருத்துவமனையில் சேர்க்கப் பட்டிருந்தார் எங்கள் உறவுக்காரப் பெண்மணி ஒருவர். அவருடைய கனத்த புடைவையை அவிழ்த்து விட்டு, நைட்டியை மாட்ட முயற்சித்தேன். அவர் விட்டால்தானே? கைகால்களை நெருக்கிக் கொண்டு, அப்படியொரு கூச்சம்! அவருக்கு வயது 85 மட்டுமே!

ஒரு வார்த்தை!

இந்த எட்டு வயதுக் குழந்தைக்கும், எண்பத்து ஐந்து வயது பாட்டிக்கும் இருக்கும் வெட்கத்தை, நடிகை ஸ்ரேயாவிடம் எதிர்பார்க்க முடியாதுதான். என்றாலும், முதுபெரும் தலைவர் ஒருவர் தலைமைதாங்கும் பொது நிகழ்ச்சிக்கு, குட்டைப் பாவாடை அணிந்து வந்தது நாகரிகமா? யாரோ ஒரு மானஸ்தர் கேஸ் போடவே, ''ஸாரி.. நேரா ஷூட்டிங்ல இருந்து வந்து விட்டேன்!'' என்ற மன்னிப்புக் கேட்டிருக்கிறார் ஸ்ரேயா!

''கலைஞர், ரஜினி, ஷங்கர் போன்றவர்கள் பங்குபெறும் விழாவில் மீடியா அட்ராக்ஷன் என் மீதும் விழணும்னுதான் பேபி ஃப்ராக்கில் வந்தேன். நான் நினைச்சதுக்கும் மேலேயே பப்ளிசிடி கிடைச்சுடுச்சு.. தாங்க்ஸ்'' என ஒப்புக் கொள்ளவா போகிறார்?

'ஐயோடா! இது என்ன இவ்வளவு பிற்போக்குத்தனமான சிந்தனை?' என்று கூக்குரலிடுபவர்களுக்கு... ஒப்புக் கொள்கிறேன்.





என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

பாரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ்
பிரைவேட் லிமிடெட்டிற்காக
பாரதன் அச்சகத்தில்
ஆசிரியர் பொறுப்பேற்று
அச்சிட்டு வெளியிடுபவர் :
லக்ஷ்மி நடராஜன்

கல்கி பில்டிங்க்ஸ்,
47-N.P., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 32.

பொறுப்பாசிரியர் :
அனுராதா சேகர்

வடிவமைப்பு :
எஸ். ஸ்டீஃபன்,
எம். மோகன், ச. கார்த்திகேயன்

தொலைபேசி : 2225 1522,
2225 0623, 2225 1324
தொலைநகல் : 044 - 22251021

மின்னஞ்சல் :
ஆசிரியர் குழு :
mangayarmalar@kalkiweekly.com
சந்தா பிரிவு :
subscription@kalkiweekly.com
பிற தகவல்களுக்கு :
info@kalkiweekly.com
மங்கையர் மலர்
இன்டர்நெட் முகவரி :
www.mangayarmalaronline.com
சந்தா விவரம் :
உள்நாடு :
ஒரு வருடம் : ரூ.225/-
ஆறு மாதம் : ரூ.115/-
வெளிநாடு (விமானத்தபால்) :
ஒரு வருடம் : 39 யு.எஸ். டாலர்

Bharathan Publications Private Limited,
Kalki Buildings,
47-NP, Jawaharlal Nehru Road,
Ekkaduthangal, Chennai - 600 032.

இது ஜனநாயக நாடு! நமக்கெல்லாம் ஆடைச் சுதந்திரம் இருக்கு! இஷ்டப்படி டிரெஸ் செய்யலாம்தான்! ஆனால் அது மற்றவர்களை பாதிக்காமலும், முக்கியமாக, நம்மைப் பற்றிய மிக மோசமான இமேஜை உருவாக்காமலும் இருந்தால் இன்னும் சிறப்பு இல்லையா?

நம் நாட்டைப் பொறுத்தவரை, ஆடை என்பது வெறும் ஃபேஷன் சமாச்சாரமல்ல! அது ஒரு கலாசார குறியீடு! அணிபவரின் குணாதிசயத்தைச் சொல்லும் அறிமுக அட்டை!

ஓர் இன்ஸ்டன்ட் காப்பி விளம்பரத்தில் கூட பார்த்திருப்பீர்கள்... மாடர்னாக உடை அணிந்த பெண், ரகசியமாக வீட்டுக்குள் நுழைந்து, புடைவை, பூ என குடும்பப்பாங்காக மாறி வந்து விருந்தாளிக்கு நமஸ்காரம் செய்வாள்! அந்த வயதான தம்பதியும் மனமகிழ்ந்து போவார்கள்... ஸிம்பிள் சைக்காலஜி!

"என்னங்க இது! ஊரெல்லாம் பேக்லெஸ், ஸ்ட்ராப்லெஸ், என செம மாடர்னாகி விட்டார்கள். இப்போது போய், என் பெண்ணுக்கு ஆடை விஷயத்தில் கண்டிப்பு காட்டினால் சரிவருமா?" என்கிறீர்கள்தானே? கண்டிப்பாக முடியும்.

உங்கள் மனோஜ் பெண்ணின் மனமும் கோணாமல், பண்பாட்டையும் காப்பாற்ற தாய்மார்களால் மட்டுமே முடியும்!

சிறுமியாக இருந்தபோது இருந்த லஜ்ஜை மாறி, "என் அழகு பிடிச்சிருக்கா?" என்று பகிரங்கமாகக் கேட்கும்விதத்தில் உடைகள் அணியும்போது, 'டிரஸ் கோட்'டை மெள்ள வலியுறுத்துங்க...

கோயிலுக்கு, இன்டர்வியூவுக்கு, சினிமாவுக்கு, கல்யாணத்துக்கு... என சந்தர்ப்பத்துக்கு ஏற்ற மாதிரி உடைகளை அணிவதுதான் கௌரவம் என எடுத்துச் சொல்லுங்க. சினிமாவுக்கு பாவாடை தாவணியில் போனால் யாரும் முறைக்க மாட்டார்கள். அதுவே... கோயிலுக்கு லோஹிப் ஜீன்ஸில் போனால்..?

மூடி வைக்கப்படும் முல்லைக்குத்தான் அதிக வாசம் உண்டு என்பதை நினைவூட்டுங்க...

அனுஷா நடராஜன்

இருதய அறுவை சிகிச்சைக்கு மாற்று உண்டா ?





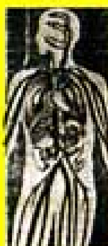
Neomed Hospital

EECP - அறுவை இல்லா பைபாஸ் சிகிச்சை

Non-Surgical Treatment Center for Angina, Heart Attack & Heart Failure Problems
(In Technical Collaboration with Arterial Disease Clinic (ADC) England)

நியோமெட் மருத்துவமனையின் தலைமை டாக்டர்
மருத்துவ ஆலோசனை வழங்கும் இடம் மற்றும் தேதிகள்
சென்னை : பிரதி மாதம், பிரதி வாரம் திங்கள் முதல் வியாழன் வரை
மதுரை : பிப்ரவரி 15, 16 ஆகிய தேதிகளில்.
சேலம் : பிப்ரவரி 22,23 ஆகிய தேதிகளில்

வந்துவிட்டது. அறுவை இல்லா இயற்கை பைபாஸ் சிகிச்சை. அறுவை சிகிச்சை இன்றி நெஞ்சுவலி, மாரடைப்பு, இருதய பலவீனம் போன்ற பிரச்சனைகளை போக்கும் அற்புத மாற்று சிகிச்சை E.E.C.P (Enhanced External Counter Pulsation) / கிலேசன் சிகிச்சை (Artery Clearance Therapy). அமெரிக்கா, ஜெர்மனி போன்ற 26 நாடுகளில் வெற்றிகண்ட இந்த அறுவை இல்லா இயற்கை பைபாஸ் சிகிச்சையினால் சுமார் 18.5 லட்ச மக்கள் பயன் அடைந்துள்ளனர். இ.இ.சி.பி சிகிச்சை அமெரிக்காவில் உள்ள Food and Drug Administration (FDA) அங்கீகாரம் பெற்றுள்ளது. இச்சிகிச்சை முறை தற்போது இந்தியாவில் பல முன்னணி மருத்துவமனைகளில் அறிமுகப்படுத்தப் பட்டிருக்கிறது.



ஓசோன் / கிலேசன் சிகிச்சை சிக்கல் இல்லாதது. ஆனால் சிக்கனமானது. இந்த சிகிச்சைகள் மூலம் மேலும் Arteriosclerosis (Blocked Arteries) Arthritis, Stroke, Chronic Backpain, Parkinsonism, Cancer, Diabetic Gangerene and Foot Ulcers போன்ற நோய்களும் குணமாக்கப்படுகிறது. இதய சம்மந்தப்பட்ட நோய் உள்ளவரா நீங்கள்? தயக்கமின்றி நியோமெட் வாருங்கள். இ.இ.சி.பி / ஓசோன் / கிலேசன் சிகிச்சை மூலம் நிவாரணம் பெற்று நிம்மதியுடன் வாழுங்கள்.

- 70% - 100% வரை இதய அடைப்புகளுக்கு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.
- வலி இல்லை.
- அறுவை சிகிச்சை இல்லை.
- நீண்ட நாட்கள் மருந்து இல்லை.
- மருத்துவமனையில் தங்கி சிகிச்சை பெற வேண்டிய அவசியம் இல்லை.

கேன்சர் நோயா ?
கவலை வேண்டாம்
புற்று நோய்க்கு
நவீன
IMMUNO-IPT
சிகிச்சை முறை



NEOMED HOSPITAL
CARE FOR BETTER LIVING

Consultation : Weekdays 9 am to 6 pm.

Chennai : 2181, L-Block, 12th Main Road, Anna Nagar, Ph : 044-2620 1147 / 2620 0882. Fax : 2620 0631
Madurai : 11, Lakeview Road, Opp. Sundaram Theatre, K.K. Nagar, Ph : 0452-2581414, 2581515.
Salem : 127 / 1, Varalakshmi Towers/ Gandhi Road, Ph : 0427-2311818, 2311819.

www.neomedhospitals.com



சோளக்கதிர்களை வாங்கினால் தோகையை நீக்கி விட்டு அப்படியே ஆவியில் வேகவைக்கக் கூடாது. கதிர்களில் பூச்சி மருந்தைத் தெளித்து இருப்பார்கள். அது தோகையிலும், நம் கைகளிலும், கதிர்களிலும் ஏறியிருக்கும். ஆகையால் நம் கைகளையும், கதிர்களையும் நன்கு கழுவி அலசிய பிறகே வேகவைக்க வேண்டும்.

- ஜெகா, கும்பகோணம்.



முட்டி வலியா?

மூட்டுவலியா? பூண்டை விழுதாய் அரைத்து, வலிக்கும் மூட்டுப் பகுதியில் தடவி வர நிவாரணம் தெரியும்.

- பி. தேவி, தஞ்சை மாவட்டம்.

வங்கி லாக்கர் சாவியை ஒருபோதும் பர்ஸில் வைக்கக் கூடாது. பர்ஸ் தொலைய நேரிட்டால், நம் லாக்கரை உடைத்துப் பூட்டு மாற்றுவதற்கான செலவை [ஏறக்குறைய ரூ 1500/-] வங்கி நம்மிடமே வசூலிக்கும்.

- ஞா. கலையரசி, புதுச்சேரி.

கடை மைசூர்பாகு போன்றே வீட்டில் செய்யணுமா? மைசூர்பாகு கலவையை இறக்கும் போது ஒரு சிட்டிகை சோடா உப்பைப் போடுங்கள். அப்படியே பொங்கும். அப்போது தட்டில் கொட்டித் துண்டு போடுங்கள்.

- லட்சுமி சிவம், சென்னை - 7.

கஞ்சி போட்ட புடைவையை இஸ்திரி செய்யும் போது இஸ்திரிப் பெட்டியின் அடிப்பகுதியில் கறை ஏற்படும். இஸ்திரி பெட்டி சிறிது ஆறியதும் ஒரு துணியில் சிறிதளவு சமையல் சோடாவைத் தெளித்து துடைத்தால் பளிச்சென்றாகி விடும்.

- ஆர். ராஜலட்சுமி, விழுப்புரம்.

சிறுவர்களுக்கு பள்ளி உடை தைத்து வாங்கும் பொழுது அரை டஜன் பட்டன்களை, தையல்காரரைக் கேட்டு வாங்கிக் கொள்ளுங்கள். பட்டன் விழுந்து விட்டால் பயன்படும்!

- கனகம் பொன்னுசாமி, பெருந்துறை.

பாகற்காய் 100 காய்களுக்குச் சமம். பிரண்டை 300 காய்கறிகளுக்குச் சமம். பலாக்காய் 600 காய்கறிகளுக்குச் சமம் என்பதைக் கீழ்க்கண்ட சுலோகம் கூறுகிறது.

'காரவல்லீ சதம் ப்ரோக்தம் வஜ்ரவல்லீ சத த்ரயம்

பநஸ : ஷட்சதம் ப்ரோக்தம் ஸ்ராத்த காலே விதீயதே'

- தீபா பாலச்சந்தர், மதுரை - 11.

வெண்டை, குடை மிளகாய், கோவை, கத்திரி போன்ற காய்களை வதக்கி மோர்க்குழம்பில் சேர்க்கும் போது, சிறிது உப்புடன் சேர்த்து வதக்கினால் காய்களில் உப்பு ஏறி சுவை கூடும்!

- ஏ. வாராகி, திருவத்திபுரம்.

கற்பனைகளையும் கதைகளையும் மிஞ்சும் கொடூரங்கள் நாடெங்கும் அரங்கேறி வருகின்றன.
பள்ளி மாணவன் கையில் துப்பாக்கி, நள்ளிரவில் ஒரு பெண்ணை எழுபது பேர் வழிமறித்து பலாத்காரம், மொபைல் போனில் ஆபாசம், இணைய தளத்தில் தீவிரவாதம் என்று அடுக்கிக்கொண்டே போகலாம். இவற்றில் ஈடுபடுவோரும், பாதிக்கப் படுவோரும் யாரென்று பார்த்தால், ரவுடிகளோ, சமூக விரோதிகளோ அல்ல. ஒருபுறம் படித்த புத்திசாலிகளாகவும், பரந்த நோக்குடையவர்களாகவும் வேடமிட்டு, மறுபுறம் அதிர்ச்சியளிக்கும் மனவிகாரம் கொண்ட இளைய தலைமுறையினர்தான்.
இன்றைய சமுதாயம் இவ்வாறு சீர்ற்று இருப்பதன் காரணம் என்ன?

இந்தியர்கள் என்றாலே இறையுணர்வும் சகிப்புத் தன்மையும் உடையவர்களாக உலகெங்கும் சித்திரிக்கப்படுகிறோம். உண்மையில் இறையுணர்வு நாட்டில் எப்படி நிலவு கிறது? மதவாதங்கள் தீவிரவாதங்களாகிவிட்டன. தனி மனித இறையுணர்வு அறவே மறைந்துவிட்டது. கடவுள் பக்தி கேலி பேசப்படுகிறது. உலகில் எங்கும் இல்லா அளவில் 'கடவுள் உண்டா?' எனும் சர்ச்சைகள் நம் நாட்டில் நிலவு கிறது.

கடவுள் இல்லை என்றே வைத்துக் கொள்வோம். இதனால் நம் நாடு முன் னேறி விடுமா? இறையுணர்வோடு நாம் காலம்காலமாய் வளர்த்து வைத்திருந்த நற்பண்புகள், கலை, இலக்கியம், ஒழுக் கம், பண்பாடு விதிகள்



சத்தியம் தர்மங்கள் நிலைக்கட்டுமே!





நமது சிறிய பகுத்தறிவுக்கு ஆனைமுகத்துடனோ, ஆறுமுகத்துடனோ குழந்தை பிறக்காதென்று தெரியும்!

முதலானவை வேறு பெயரிலோ வடிவிலோ நிலவ வேண்டாமா அல்லது அவற்றையும் தொலைத்துவிடலாமா?

கடவுள் பயம் காட்டித்தான் சிறுவயதில் ஒழுக்கம், நேர்மை, தர்மம், சத்தியம் எல்லாமே வளர்க்கப்பட்டன. சமுதாயத்திலும் ஒருவருக்கொருவர் கடவுள் பயத்தால் நல்ல குடிமகன்களாக விளங்கினர். பொய், சூது போன்ற பஞ்சமா பாதகங்களைச் செய்ய அஞ்சினர். இன்று 'கடவுள் இல்லை' எனும் வாதங்களால் இந்த அச்சத்தை சமுதாயம் இழந்து தவிக்கிறது.

ஒரு வீட்டில் குழந்தைகள் விளையாட விழையும்போது, பெற்றோர் இருக்கிறார்களா, அப்பா திட்டுவார் என்று பயந்து, படிக்கும் வேலைகளைச் செய்வார்கள். அவ்வாறே ஆசிரியருக்கும், போலீசுக்கும், நீதிமன்றத்துக்கும் பயந்து நடக்கும்போதுதான் தனிமனித ஒழுக்கமும் சமுதாய ஒழுக்கமும் நிலவுகின்றன. அதே அடிப்படையில்தான் யாரும் பார்க்காவிட்டாலும் நாம் அறியாத ஒரு சக்தி நம்மைக் கவனிக்கிறது என்ற பயம் இருந்தால்தான் மன ஒழுக்கம் வளரும். இந்தக் காரணங்களுக்காகவாவது கடவுளை வணங்கலாம் அல்லவா?

நமது (சிறிய) பகுத்தறிவுக்கு ஆனைமுகத்துடனோ, ஆறுமுகத்துடனோ குழந்தை பிறக்காதென்று தெரியும். கல்லாகவோ, புகைப்படமாகவோ ஓர் உருவத்தைக் கண்முன் நிறுத்தினால் மனம் ஒருமுகப்படும் என்பது சாதாரண மனோதத்துவம்.

இதன்மூலம் நாத்திகவாதம் சரியென்றோ ஆத்திகத்துக்கு சப்பைக் கட்டுகள் தேவையென்றோ சொல்ல வரவில்லை. இறையுணர்வால் நாம் பெற்ற / பெற்றிருந்த உயர் பண்புகளை நிலைநிறுத்துவதே எனது நோக்கம். உலகின் அத்தனை இன்ப துன்பங்களையும் அனுபவிக்கப் போகும் இளையதலைமுறை நமது இல்லங்களில்தான் வளர்கிறது. அவர்களுக்கு இறையுணர்வை ஓரளவாவது ஊட்டுவோம். அதனால் என்னென்ன பயன்கள்?

★ பெருமளவு இன்பத்தில் மூழ்கியோ துன்பத்தில் துவண்டோ போகாமல் இருப்பார்கள்.

★ தவறு செய்யத் தூண்டுதல் வரும்போது, 'யாரோ நம்மைக் கவனிக்கிறார்கள்' எனும் பயம் அவர்களிடம் தயக்கத்தைக் கொடுக்கும்.

★ நல்லது செய்தால் நல்லது கிடைக்கும் எனும் நம்பிக்கை, அனைவரையும் உயர்த்தும்.

★ தியானம், யோகா போன்றவை மனவலிமையைப் பன்மடங்கு உயர்த்தும்.

★ இந்த இறை பயம் நிம்மதியும் நிறைவும் உடைய சமுதாயத்தை உருவாக்கும்.

ஒரு சிற்பி தான் வடித்த சிலையில் சிறு தவறு ஏற்பட்டதை உணர்ந்து, அதே உருவை மீண்டும் வடித்துக் கொண்டிருந்தான். ஒரு வழிப்போக்கன், ''உனது முந்தைய சிற்பத்தில் உள்ள தவறு மிக மிகச் சிறியதுதானே, இதற்கு ஏன் சிரமப்படுகிறாய்? இது யாருக்குத் தெரியப் போகிறது?'' என்று கேட்டான். அதற்கு சிற்பி பதிலளித்தான்.

''யாருக்கும் தெரியாமல் இருக்கலாம். ஆனால், எனக்குத் தெரியும், கடவுளுக்குத் தெரியும்.''

இதுவல்லவோ பண்பட்ட நிலை! இதை அடையவும், சத்தியம் தர்மங்கள் நிலைக்கவும் இறையுணர்வை ஊட்டுவோம்.

- உமா சுதர்சன், கொல்கத்தா.



பொதுவாக நம்மில் பலர் கடைகளில் விற்கும் கண்கவர் மேக்-அப் சாமான்களை விரும்பி வாங்கி, பின்பு அதைப் பயன்படுத்தத் தெரியாமல் கிடப்பில் போட்டு விடுவர். இதோ நேச்சுரல்ஸ் வழங்கும் 'மேக்-அப்' டிப்ஸ்...

மேக்கப்

முதலில், நீங்கள் 'நெ.1 மேக்-அப் வுமனாக' ஆவது என்பது தரமான பொருளை வாங்குவதிலிருந்து ஆரம்பமாகிறது. பிராண்டட் ஆக வாங்கினால் நீண்ட நாட்கள், வருடக்கணக்கில் உபயோகிக்க முடியும். தரத்துக்கும் உத்திரவாதம்!

அடுத்தது, நம் சருமத்தின் தனித்தன்மையை அறிந்துகொண்டு அதற்கேற்ப மேக்-அப் போட்டுக் கொண்டால் நாம் அழகாக மின்னுவோம்!





நார்மல் சருமம் உள்ளவர்கள் :

முதலில் முகத்தை நன்கு அலம்பித் துடைத்து அழுக்குகளை நீக்க வேண்டும். பிறகு, இலேசான மாய்ஸ்சரைஸர் தடவிக் கொண்டு 'காம்பேக் பௌடரை' முகம் முழுவதும் சமமாகப் போட வேண்டும்.

எண்ணெய்ப் பசை சருமம் உடையவர்கள் :

முகத்தை நன்கு குளிர்ந்த நீரில் அலம்பி, முகம் முழுவதும் ஐஸ் கட்டிகளால் ஒற்றி எடுத்து, பிறகு ஸ்பான்ஜால் தண்ணீர் தொட்டு முகத்தில் உள்ள அழுக்குகளை நீக்க வேண்டும். பின் 'பான் கேக்'கை முகத்தில் தடவி கைவிரல்களால் சமமாகப் பரப்பி விட வேண்டும். பொதுவாக ஆயில் ஸ்கின் உள்ளவர்களுக்கு நீண்ட நேரம் மேக்-அப் நிலைத்து நிற்க, ஃபேஷியல் அல்லது ப்ளீச் செய்த பிறகு மேக்-அப் போட்டுக் கொண்டால் அதிகப் பயன் இருக்கும்.

உலர்ந்த சருமம் உடையவர்கள் :

முகத்தில் அங்கங்கு சருமம் வறண்டு, காய்ந்து, உரிந்து காணப்படும். சாதாரண பவுடர் போட்டால்கூட முகம் முழுவதும் திட்டுத் திட்டாகத் தெரியும். இவர்கள் மேக்-அப் போடுவதற்கு முன் சிறிது தேங்காய் எண்ணெயை முகத்தில் தடவி ஐந்து நிமிடம் ஊறவிட்டு, பின்பு குளிர்ந்த நீரில் அலம்பித் துடைத்த





ரகசியங்கள்

பிறகு மாய்ஸ்சரைசர் அப்ளை செய்து 'க்ரீம் ஃபவுண்டேஷன் போட்டால், மேக்-அப் ஸ்ட்ராங்காகிவிடும்!

இவைதான் மேக்-அப் போடுவதற்கான முதல்கட்டப் பணி! இனி அவரவர் நிறத்துக்கேற்ப கலர் செலக்ட் செய்வது எப்படி என்று பார்ப்போம்.

சிவந்த மேனியுடையவர்கள் :

இந்நிறம் உடையவர்களுக்கு 'லைட் கலர்ஸ்'தான் எடுபடும். கண்களுக்கு 'ஸ்மூக்கி ஐ மேக்-அப்' போட்டால் உங்கள் மேக்-அப்தான் டாப்! அதாவது கண்ணின் மேலே வெள்ளை நிற ஷேட் கொடுத்த பிறகு க்ரே மற்றும் ப்ளாக் கலர் அப்ளை செய்ய வேண்டும். கண்களின் கார்னரில் கறுப்பு நிற மஸ்கரா பென்சிலால் கோடு இழுத்து, கண்ணுக்கு மையிட்டு, ஐ லைனர் போட்டு இமைகளுக்குத் திடமான மஸ்காரா போட அட! ராணி முகர்ஜி ஃப்ளாப் ஆயிடுவாங்க போங்க. (ஒரு ரகசியம் : இதுதான் ஹிந்தி நடிகை ராணி முகர்ஜியின் ஃபேவரிட் மேக்-அப்பாம்!) உதடுகளுக்கு க்ளாஸுடன் கூடிய லைட் கலர் லிப்ஸ்டிக் பொருந்தும்.

மாநிறம் உள்ளவர்கள் :

புருவங்களை அடர்த்தியாகக் காட்ட வேண்டும். கண்களுக்கு அழுத்தமான தங்க நிறம், காப்பர், மெரூன், பிங்க், நீல நிறங்களில் ஷேடோ கொடுத்தால் சூப்பராக இருக்கும். உதட்டுச் சாயங்கள் பிங்க், வயலட், மெரூன் நிறங்களில் தங்கம் மற்றும் வெள்ளி நிற டிஸ்ட்டுடன் அமைய வேண்டும். இவர்களுக்கு மேட் லிப்ஸ்டிக் நன்றாக எடுக்கும்.

கறுப்பு நிறம் உடையவர்கள் :

முதலில் ஃபவுண்டேஷன் போட்ட பிறகு முகம் முழுவதும் மஞ்சள் நிறப் பவுடரைப் போட வேண்டும். ஐ



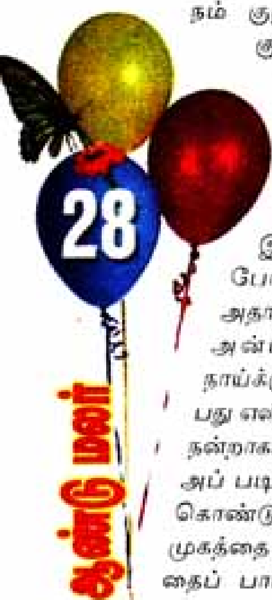
ஷேடோவுக்கு பிரவுன், மெரூன், அடர்ந்த காப்பர் மற்றும் கோல்ட் கலர்களைப் பயன்படுத்தலாம். சில்வர் கலர் கட்டாயம் தவிர்க்கப்பட வேண்டும். கண்ணுக்கு மை போட்டு, திக் ஐ லைனர் மற்றும் மஸ்காரா போட்டால் அழகாக இருக்கும். 'ஐ ஷேடோ' ஸ்ட்ராங்காக இருந்தால் பார்க்க 'லுக்' ஆக இருக்கும். உதடுகளுக்கு மெரூன், அடர்ந்த வெல்வெட், பிங்க் கலர்ஸ் எடுப்பாகத் தெரியும்.

- சுநயனா



"மியாவ்!"

பெற்றோர்களாகிய நமக்கு, நம் குழந்தைகள் என்றுமே குழந்தைகள்தான்! நம்மையே சுற்றிச் சுற்றி வரணும் என்று ஓர் ஆசை.



மகனோ மகளோ குழந்தைகளாக இருக்கும் வரை நாய் போல இருப்பார்கள். அதாவது விசுவாசியாகவும் அன்புள்ளவர்களாகவும்! நாய்க்கு எஜமானராக இருப்பது எளிது. சாப்பாடு போட்டு, நன்றாகப் பழக்கினோமானால் அப் படியே நம்மிடம் ஒட்டிக் கொண்டுவிடும். உங்கள் முகத்தை ஏதோ அரிய ஓவியத்தைப் பார்ப்பதுபோல் அகன்ற விழிகளுடன் பார்க்கும். நீங்கள் ஒரு குரல் கூப்பிட்டால் போதும், தாவி வரும்...

பிறகு... உங்களுடைய 15 வயது பப்பி, (அதாங்க மகன்/ள்) பூனையாகி விடும். நீங்கள் உள்ளே வரச்சொல்லிக் கூப்பிட்டால் தோரணையுடன் பார்க்கும். எரிந்து விழும், அலட்சியத்துடன் நடக்கும். காதில் விழாததுபோல் ஒளிந்து கொள்ளும். பசி எடுத்தாலொழிய வீடு வராது. தட்டில் நீங்கள் என்ன பரிமாறினாலும், முகத்தை அஷ்டகோணலாக்கிக் கொள்ளும். அதன் தலையை நீங்கள் அன்புடன் வருடிக் கொடுக்க முயலும்போது தட்டி விடும். உங்களை சதா ஒரு வெற்றுப் பார்வை பார்த்து வெறுப்பேத்தும்.

என்ன செய்தாலும் விபரீதமான ரியாக்ஷன் கொடுக்கும். குரல் கொடுத்தால் ஓடி விடும். உட்காரச் சொன்னால் எட்டத்தில் உட்காரும். நீங்கள் அதனருகே போகப் போக அது வேறிடம் தேடும்... வீட்டு விசேஷங்களுக்கு அறவே வராது!

முன்னே நாயாக இருந்ததுதான் இப்போது பூனையாக மாறியிருப்பது புரியாமல் "என்னாச்சு..." என குழம்புவீர்கள்.

கொஞ்ச நாள் நாய்க்கு எஜமானராக இல்லாது பூனைக்கு எஜமானராகிப் பாருங்கள். தானே வரட்டும்; சாப்பிடட்டும் என விட்டு விடுங்கள். ஒவ்வொரு வேலையிலும் தலையிடுவதை நிறுத்துங்கள்.

பூனைக்கும் உங்களுடைய அன்பும், அரவணைப்பும் தேவை. நீங்கள் கண்டுக்காமல் விட்டு விட்டால், அதுவே வந்து காலடியில் உட்காரும். உங்கள் கதகதப்பான ஸ்பரிசத்துக்காக சுற்றிச் சுற்றி வரும்.

உங்கள் வளர்ந்த மகன்/ள் கிச்சனில் வந்து, 'அம்மா, நீ உட்காரு. கிச்சனிலிருந்து நான் கொண்டு வந்து வைக்கறேன்... உனக்குக் கால் வலிக்கும்...' என்று சொல்லும்போது புரிந்து கொள்ளுங்கள் பூனை நாயாகி விட்டது... மறுபடியும் என!

- லதா சேகர், நவிமும்பை.

ஏஞ்சல்ஸ்®

அட்வான்ஸ்ட் கிளினிக் (பி) லிட்

Since 1991

ஹேர், ஸ்கின் & பாடி கேர்

Angels®

Advanced Clinic (P) Ltd

Since 1991

Hair, Skin & Body Care

COSMETIC CLINIC

WEIGHT REDUCTION TREATMENT AT ANGELS

தற்போது உடல் எடையை குறைப்பதற்கு கவலைப்பட தேவையில்லை. ஏஞ்சல்ஸில் மிக அருமையான சிகிச்சை அளித்து வருகின்றது. இவர்களின் அக்வா தெர்ம் செல்லுலைட் தெரபி, பாடி பாலிமர், புரோட்டீன் தெரபி என்ற சிகிச்சையின் மூலம் உடல் எடையை மிக அதிக அளவில் உடல் பருமனுக்கு ஏற்றவாறு குறைக்கின்றனர். இச்சிகிச்சை ஆண்கள் மற்றும் பெண்களுக்கும் பொருந்தும். மேலும் உங்கள் உடல் அமைப்பை Figure Correction மூலம் சரி செய்கின்றனர்.



NO MORE WORRY OF UNWANTED HAIR

(Ex. UpperLip, Chin, Cheeks, Abdomen, Chest, Ears)



தேவையற்ற ரோமங்களை நீக்க தற்போது ஏஞ்சல்ஸில் நம்பகமான சிகிச்சை அளிக்கின்றது. NDYAG Long Pulsed லேசர் சிகிச்சையின் மூலம் மிகவும் தத்ரூபமாக தேவையற்ற ரோமங்களை மிகவும் குறைந்த சிட்டிங்கில் நீக்கி வருகின்றனர். இச்சிகிச்சை பெண்களுக்கு மேல் தாடை - கீழ் தாடை - அக்குள் - வயிறு - மார்பகம் போன்ற பகுதிகளில் உள்ள தேவையற்ற ரோமங்களை நீக்கிவிடலாம்.

GOOD BYE ! TO BALD HEAD WITHIN 1 HOUR THRU SILICON SYSTEM

வழுக்கை தலையினால் அவதி படுகிறீர்களா ? கவலையை விடுங்கள், ஏஞ்சல்ஸ் இப்போது வழுக்கை தலையை ஆராய்ந்து முக அமைப்புக்கு ஏற்றவாறு சிலிக்கான் சிஸ்டம் என்ற சிகிச்சை மூலம் ஒரே மணி நேரத்தில் பொருத்தி விடுகிறார்கள்.



(சிலிக்கான் சிஸ்டம்)

SKIN COLOUR IMPROVEMENT AT ANGELS

உங்கள் சருமத்தில் ஓவர் ஆக்டிவேட் ஆன மெலனின் பிக்மெண்டுகளை Imported Inhibitors உதவியுடன் லைட்டாக்கலாம். இதன் மூலம் நிறத்தை மேம்படுத்தலாம். இவ்வாறு ஏற்படும் முன்னேற்றம் நிரந்தரமானதென்பது எங்களின் சிறப்பம்சமாகும்.



CHENNAI: 2B, 3rd Avenue, T-53/99, Rajeshwari Mansion, Anna Nagar, Chennai - 40. Cell: 98400 46599. Ph: 044-42176679 / 26212547 / 26213468

COIMBATORE: RR Complex, V.O.C. Road, 117/B, West Sambandham Rd, R.S.Puram, Coimbatore. Ph: 0422 - 6547577, 2547889. Cell: 92444 15899

15

மேலும் விவரங்கள் அறிய பிரதி சனிக்கிழமை VIJAY TV - யில் காலை 10.30 முதல் 11.00 மணி வரை காணத்தவறாதீர்கள்.

- Hyderabad - (040)23222111, 66368999
- Bangalore - (080)41153995, 41153996, 09845566799

அடிச்சாங்க பரிசு!

ஆஹா பரிசு (ஜனவரி 2008) போட்டியில், "குழந்தைகளின் பள்ளிச் சீருடையில் காலில் சாக்ஸும், ஷூவும் அவசியம். மழைக்காலங்களில் நனைந்த கால்களுடன் பல மணி நேரம் வகுப்பில் அமர்வதால் உடல்நலம் கெடுகிறது. மழைக்காலங்களில் மட்டும் பள்ளிக் குழந்தைகளை செருப்புகள் அணிய அனுமதிக்கலாமே!" என்ற குறிப்பை எழுதி ரூ. 150/- பரிசு பெறுகிறார் ஸ்ரீவித்யா ஜம்புநாதன், சென்னை - 26. அதே டிப்ஸை சிறந்ததாகத் தேர்வு செய்த பல வாசகியரில் குலுக்கல் முறையில் ரூ. 150/- பரிசு பெறுகிறார் வத்சலா, சென்னை- 44.



ஆஹா பரிசு!

இந்த இதழில் 'ஆஹா 50!' என்ற தலைப்பில் இடம்பெற்றுள்ள டிப்ஸ்களைப் படியுங்கள். மிகச் சிறந்த ஒரே ஒரு குறிப்பைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதி அனுப்புங்கள். உங்கள் தேர்வும், ஆசிரியர் குழுவின் தேர்வும் பொருந்தினால் குலுக்கல் முறையில் ரூ. 150/- பரிசு! தேர்ந்தெடுப்பவருக்கு மட்டுமல்ல, அந்தக் குறிப்பை எழுதியவருக்கும் ரூ. 150/- பரிசு! 'பிப்ரவரி -ஆஹா பரிசு!' என்று மறக்காமல் குறிப்பிட்டு, பக்க எண், வாசகி பெயருடன் அஞ்சல் அட்டையில் மட்டுமே எழுதி அனுப்புங்கள்.

கடைசித் தேதி : 15.2.2008

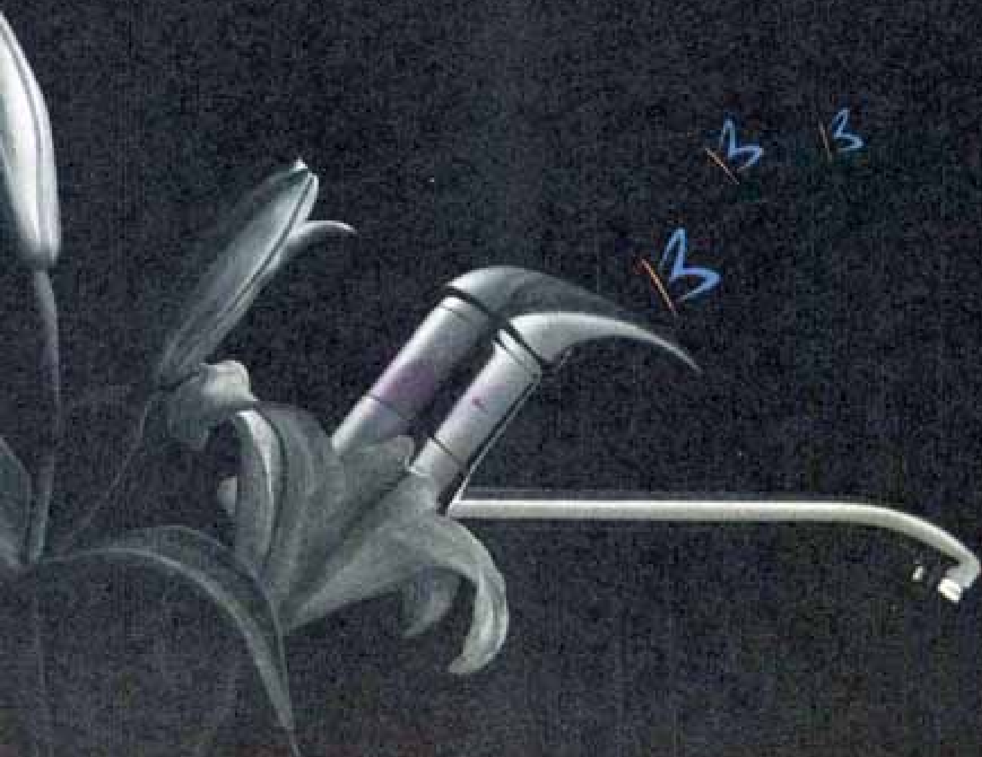
பெட்டிக்கதைப் போட்டி! வாசகர் விருப்பம்

பெட்டிக்கதைகளை எழுதிக் குவித்து வரும் வாசகர்களுக்கு நன்றி! இந்த இதழில் மூன்று கதைகள் பிரசுரமாகியுள்ளன.

நீங்கள் எழுதும் கதைகளிலிருந்து, இந்த மாதம் மூன்று பெட்டிக் கதைகள் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு பிரசுரமாகும். பிரசுரமாகும் கதைகள் தலா ரூ. 150/- பரிசு பெறும்.

சிம்பிள் கண்டிஷன்ஸ் : 100 வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல், சொந்த கற்பனையில், பெயர், முழு விலாசம், தொலைபேசி எண் ஆகிய விவரங்களுடன் இன்லாண்ட் லெட்டரில் மட்டுமே எழுதி 'பெட்டிக்கதைப் போட்டி' என்ற குறிப்புடன் அனுப்ப வேண்டும்.

எந்தக் கடிதப் போக்குவரத்தும் கிடையாது.
ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது.



அப்படி விளக்கேற்றலாமே!



நான் தீப்பெட்டி நகரிலிருந்து இதை எழுதுகிறேன். மங்கையர் மலர் ஜனவரி இதழில் தீபம் ஏற்றுவதற்குள் தீக்குச்சி அணைந்து விடுகிறது என்ற 'ஆஹா 50!' துணுக்குச் செய்தியைப் படித்தேன்.

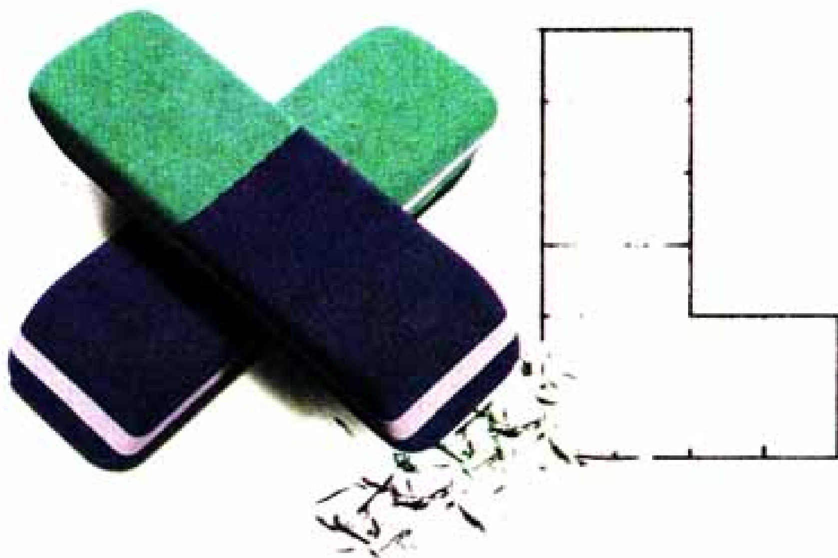
தீப்பெட்டி கண்டுபிடிப்பதற்கு முன்னால் தீக்கங்குகளிலிருந்துதான் நெருப்பைப் பெருக்கினார்கள். விளக்கேற்றுவதற்கு பருத்திப் பத்தியைப் பயன்படுத்தினார்கள். தீக்கங்கிலிருந்து ஒளியைப் பற்றுவதால் 'பத்தி' என்று பெயர். என்னுடைய பிறந்த ஊரில் [தளவாய்புரம், சாத்தான்குளம் மாவட்டம்] தீக்குச்சி கொண்டு விளக்கேற்றுவதே இல்லை. இதே பழக்கம் நாஞ்சில் நாட்டிலும் உண்டு.

குமாரகோவில் ராம்ஜி ஆஸ்ரமம் தவத்திரு ஓம்பிரகாஷ் யோகினி அம்மை [தென் தமிழ்நாட்டில் திருவிளக்குப் பூசையை ஆலயங்களில் பிரபலப்படுத்தியவர்] தீக்குச்சி மருந்து வாடையோடு இருப்பதால் அதைக் கொண்டு விளக்கேற்றுவது தூய்மை அல்ல என்பார்.

எனவே, குத்துவிளக்கு ஏற்றும்போது நான்கைந்து பத்திகளை சேர்த்து நெய்யில் தோய்த்து வைத்திருக்கிற பத்திக் கட்டைக் கொண்டே தீக்குச்சியிலிருந்து தீபத்தை வாங்கி ஏற்றுவதே சாலச்சிறந்தது!

விளக்கேற்றுவது என்பது விழாவின் தொடக்கம் என்று பெயர். மெழுகுவர்த்தி ஒரு விளக்குதான். அதைக் கொண்டு குத்துவிளக்கை ஏற்றினால் - இரண்டாவது விளக்கை விழாவின் தொடக்கமாக எப்படிச் சொல்ல முடியும்? இதுவும் அம்மையின் கருத்துதான்.

- இராஜேஸ்வரி தளபதி கோபாலகிருஷ்ணன்,
கோவில்பட்டி.



இணைப்புகளை அழிக்கவும்

ரெகுலர் 2 X 2 அடி (600 X 600 மிமீ) டைல்களுக்கான தெரிவான மார்போனைட் XL இணைப்புகளை குறைப்பதற்கு உங்களுக்கு வழி செய்கிறது. இந்த புதினமான (700 X 700 மிமீ) டைல்கள் தெளிவான அனுகூலத்தை கொண்டுள்ளன. மேலும் ஃப்ளோர் அழகாக இருப்பதற்கான சிறந்த தெரிவு இது ஆகும். இது செலவு குறைவானதும் பயன்படுத்த எளிதானதாகுமாகும்.

Marbonite XL

Preferred over Italian Marble, worldwide

கஸ்டமர் கேர் : 022-3064 7484 அல்லது டோல் ஃப்ரீ : 1800 22 7484 - எம்டிஎன்எல் மற்றும் பிஎஸ்என்எல் லைன்களில் இருந்து மட்டும்.

★ நேற்று, இன்று, நாளை... எல்லாவற்றையும் கடந்த நளினமான அழகுக்குரிய நடிகை பி. சரோஜாதேவி.

★ கிட்டத்தட்ட 25 வருடங்கள்.. மக்கள் திலகம் எம்.ஜி.ஆர்., நடிகர் திலகம் சிவாஜி கணேசன், காதல் மன்னன் ஜெமினி கணேசன் என மூவருடனும் கதாநாயகியாக நடித்து சகாப்தம் படைத்தவர்.

★ ஒரே நேரத்தில் மூன்று ஷிஃப்டுகளில், நான்கு மொழிகளில் நடித்து, சூப்பர் ஸ்டார்களைவிட அதிக சம்பளம் வாங்கியவர் என்ற பெருமைக்குரியவர்.

★ கோவைத் தமிழ், மதுரைத் தமிழ் என்றெல்லாம் தமிழில் வட்டார உச்சரிப்புகள் இருப்பது போலவே, 'சரோஜாதேவி தமிழ்!' என்றும் ஒன்று உண்டு. தமிழும், கன்னடமும் கலந்து அவர் கொஞ்சிக் கொஞ்சிப் பேசியதே, தனி ஸ்டைலாக ரசிகர்கள் மனத்தில் நின்று விட்டது.

★ பத்மஸ்ரீ, பத்மபூஷண், டாக்டர் என உயரிய பட்டங்கள் எத்தனை எத்தனை பெற்றிருந்தாலும், தமிழ் சினிமா ரசிகர்களால் தரப்பட்ட 'கன்னடத்துப் பைங்கிளி!' என்ற அந்த முதல் பட்டத்தையே பொக்கிஷமாக நினைப்பவர் இதோ... உங்களிடம் மனம் திறந்து பேசுகிறார்...

பி.சரோஜாதேவி

தொட்டால் பூ மலரும்!

பனி மறைத்த பெங்களூர்... மல்லேஸ்வரத்தில் உள்ள 'ருத்ரம்மா' இல்லம். பதினெட்டு கிரவுண்டு நிலத்தில், பரந்த தோட்டத்துக்கு நடுவே இருக்கிறது பி. சரோஜாதேவியின் வீடு. மிகச் சரியாக, காலை பத்து மணிக்கெல்லாம், வரவேற்பறையில் தயாராக இருந்தார்.

வீடு முழுக்க, சட்டமிடப்பட்ட பெரியப் பெரிய புகைப்படங்கள். சிறுமியாக... இரட்டை ஜடையில்... பிரதமர் நேருவிடம் விருது வாங்குவது போல... 'புதிய பறவை'யின் கதாநாயகியாக... ('உன்னை ஒன்று கேட்பேன்' பாடலின் அழகிய போஸ்) நூற்றுக் கணக்கான படங்கள், விருதுகள், நினைவுப் பரிசுகள் என அழகாகக் காட்சிக்கு வைத்திருக்கிறார்.

''இது நாடோடி மன்னன் பட ஸ்டில்...



எம்.ஜி.ஆருடன் நடித்த முதல் படம்... நான் கதாநாயகியாக நடிக்க முதல் தமிழ்ப் படமும் அதுதான்! தமிழ் சினிமா ஃபீல்டுல அப்ப, எம்.ஜி.ஆரை எல்லோரும் சின்னவர்னுதான் கூப்பிடுவாங்க... பெரியவர்னு

அவருடைய அண்ணா ஜி. சக்கரபாணியைக் குறிப்பிடு வாங்க!'' என்று ஒவ்வொரு படமாகச் சுட்டிக்காட்டி மலரும் நினைவுகளில் மூழ்கினார் பி. சரோஜாதேவி.


நாடோடி மன்னன்


'கச்சதேவயானி' படப்பிடிப்பில்...

''கன்னட 'கச்சதேவயானி' படத்தோட படப்பிடிப்பு, சென்னையில் நடந்து கொண்டிருந்தது. அப்போது, தகதகக்கும் நிறத்தில், வசீகரமான ஒருவர் படப்பிடிப்புத் தளத்துக்கு வந்தார். அவரைப் பார்த்ததும், அங்கிருந்தவங்க எல்லோரும் பணிவோட எழுந்து வணக்கம் தெரிவிச்சாங்க. ஆனால், எனக்குத்தான் அவர் யாருன்னு தெரியலை. அதனால நான் பேசாமல் உட்கார்ந்திருந்தேன்.


கன்னடத்துப் பைங்கிளி

இயக்குநர் கே. சுப்ரமணியம், அந்த நபரை அழைத்துச் சென்று, படப்பிடிப்புத் தளத்தைச் சுற்றிக் காட்டினார். புறப்படும் சமயம் அவர் என்னைக் காட்டி, ''யார் இந்தப் பெண்?'' என்று கேட்டார்.

அதற்கு கே. சுப்ரமணியம், ''இவங்க பேரு சரோஜாதேவி. இந்தப் படத்தின் கதாநாயகி. பெங்களூர் பொண்ணு!'' என்று தகவல் சொன்னார்.

அவர் என்னை ஒருமுறை பார்த்துவிட்டு, பதிலேதும் சொல்லாமல் கிளம்பிச் சென்று விட்டார். மறுபடி எல்லோரும் எழுந்து மரியாதையுடன் வழியனுப்பினார்கள்.

''யார் சார் இது? சூரியன் மாதிரி இவ்ளோ பிரகாசமா இருக்காரே!'' என்று இயக்குநரிடம் கேட்டேன்.

''அவர்தான் எம்.ஜி.ஆர்.'' என்று பதில் வந்தது.

அதைக் கேட்டு, எனக்குத் தூக்கிவாரிப் போட்டது. 'எவ்வளவு பெரிய மனிதர் வந்திருக்கிறார்... எதுவும் தெரியாமல் சும்மா இருந்துட்டேனே!' என்று ரொம்ப வருத்தப்பட்டேன்.

ஆனால், அந்த வருத்தத்தை அப்படியே திருப்பிப் போட்டு சந்தோஷப்படும்படியாக, அடுத்த சில நாட்களிலேயே 'திருடாதே!' படத்தில் கதாநாயகியாக, என்னை அவர் ஒப்பந்தம் செய்தார்.

ஆனால் என் சந்தோஷம் நீடிக்கவில்லை. எம்.ஜி.ஆருடன் கதாநாயகியாக, ஒரு புதுமுகம் நடிக்கப் போகிறார் என்ற செய்தி, தமிழ்த் திரையுலகில் பெரும் சலசலப்பை ஏற்படுத்திவிட்டது.

''அந்தக் கன்னடப் பெண்ணுக்கு, சரியாகத் தமிழ் பேசக் கூட வராதே! புதுமுகத்தைப் போட்டு எதுக்கு ரிஸ்க் எடுக்கணும்?'' என்றெல்லாம் பேச ஆரம்பித்தார்கள். அநாவசியமான இந்தக் கிசுகிசுக்கள் எனக்குக் கவலையை உண்டாக்கின.

எம்.ஜி.ஆர். பரந்த மனப்பான்மையைக் கொண்டவர். என்னுடைய மனக்கலக்கத்தைப் புரிந்துகொண்டார். எனக்கும் தன்னம்பிக்கை வரவேண்டும், தயாரிப்பாளர்களும் என்னை கதாநாயகியாக ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும் என்பதற்காக, தம்முடைய சொந்தப் படமான நாடோடி மன்னனிலேயே என்னைக் கதாநாயகியாக நடிக்க வைத்து விட்டார்.

'நாடோடி மன்னன்' படத்தில் ஏற்கெனவே, பானுமதி, எம்.என்.ராஜம் என இரண்டு கதாநாயகிகள் இடம்பெற்றிருந்தார்கள். எனக்காக, எம்.ஜி.ஆர். மூன்றாவதாக ஒரு கதாநாயகி வேடத்தை உருவாக்கி, அந்தப் படத்தில் சேர்த்துவிட்டார்!

'நாடோடி மன்னன்' படத்தில் ஒரு புதுமை. முதல் பாதி கறுப்பு - வெள்ளையிலும், பிற்பகுதி வண்ணத்திலும் எடுத்திருந்தார்கள். 'மானைத் தேடி மச்சான் வரப் போறான்... ஹேஹ... வரப் போறான்!' என்ற பாடல் ஆரம்பிக்கும்போதுதான், நான் அறிமுகமாவேன். வண்ணப் பகுதியும் அங்கிருந்துதான் ஆரம்பமாகும்!

தமிழ்ச் சினிமாவின் எவர்க்ரீன் ஹீரோ எம்.ஜி.ஆர்! அவருடன் அவருடைய சொந்தப் படத்திலேயே, கதாநாயகியாக அறிமுகமாகும் வாய்ப்பு எனக்குக் கிடைத்தது என்றால்... நான் எவ்வளவு பெரிய அதிர்ஷ்டசாலி!

சொல்ல மறந்துட்டேனே! 'நாடோடி மன்னன்' மாபெரும் வெற்றிப்படமாக அமைந்தது. அதற்குப் பின் எம்.ஜி.ஆர். - சரோஜாதேவி ஜோடி வெகுவாக வரவேற்பு பெற்றதுதான் உங்க எல்லோருக்குமே தெரியுமே!

எனக்கு எம்.ஜி.ஆரை நினைக்கும் போதெல்லாம் என் தாயார் ருத்ரம்மாவின்



நினைவு வருவதைத் தவிர்க்க முடியாது.

எனக்கு, என் தாய் என்றால் உயிர்! என்னைத் தமது கண்ணின் மணி போலக் காத்தார் என்பதால், என் தாய்மீது அளவற்ற பக்தியும், பாசமும் உண்டு. என் தாயாரின் வார்த்தையை மீறி நான் என்றைக்குமே நடந்ததில்லை.

தமிழ்ப் படவுலகில், அதே போன்றதொரு ஆத்மார்த்தமான அன்பையும், தீவிரமான அக்கறையையும் நான் எம்.ஜி.ஆரிடம் உணர்ந்தேன். அதனால், என் தாய்மீது கொண்டது போலவே, எம்.ஜி.ஆர். மீதும் எனக்கு மிகப் பெரிய பக்தியும், மரியாதையும் ஏற்பட்டது.

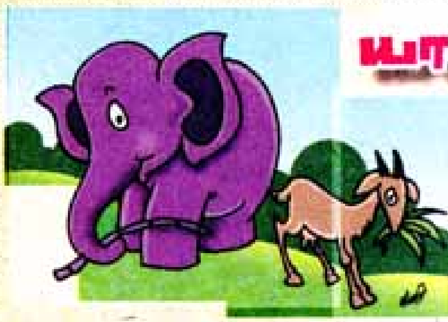
புதிதாகத் தமிழ்த் திரைப்பட உலகத்துக்கு அறிமுகமான என்னை, சிறந்ததொரு முன்னணி நடிகையாக உருவாக்க, அவர்





எடுத்துக்கொண்ட நல்ல முயற்சிகள் சிலருடைய பொறாமைக்கு என்னை ஆளாக்கின. அதனால் நிறையச் சங்கடங்களும் ஏற்பட்டன. ஆனால் எம்.ஜி.ஆர். எதையும் பொருட்படுத்தவில்லை. நல்லதொரு நட்சத்திரமாக என்னை உருவாக்கும் செயலில் முழுமூச்சுடன் இறங்கினார். நான் அப்போதெல்லாம் (அப்போதெல்லாம் என்ன..? இப்போ கூடதான்!) ரொம்ப சாது டைப்! 'முணுக்' என்றால் அழுதுடுவேன். அதே போல, ஷூட்டிங் ஸ்பாட், வீடு தவிர வேறு எதுவும் தெரியாது. அதனால் இண்டஸ்ட்ரியில் நிலவும் பாலிடிக்ஸ் எதுவும் தெரியவில்லை. மனத்தில் கல்மிஷம் இல்லாமல், கலகலப்பாகப் பேச ஆரம்பித்துவிடுவேன். இதை எம்.ஜி.ஆர். கவனித்திருப்பார் போலும்.

''சரோஜா, நீ ரொம்ப வெகுளியா இருக்கே! நீ



யானையா? ஆடா?

இருவருக்குமிடையே உள்ள அதீத வித்தியாசத்தை 'அஜகஜாந்தரம்' என்கிறோம். 'அஜம்' என்றால் 'ஆடு' 'கஜம்' என்றால் யானை. யானைக்கும் ஆட்டுக்கும் உள்ள உருவ அமைப்பு போன்றதொரு வித்தியாசம் என்றுதானே அர்த்தம் செய்து கொள்வோம். ஆனால் வாகீச கலாநிதி கி.வ.ஜ. இதற்குச் சுவையான விளக்கம் தந்தார்.

ஒரு கரும்பை தோகையுடன் தரையில் போட்டால் யானை, சுவையான கரும்பைத் தின்னும். ஆடோ, தோகையையே தின்னும். அதுபோல சத்தான சுவைப் பகுதியை ரசிப்பான் தரமானவன். 'தோகையைத் தின்னும் ஆடு போன்றவன் சாமானியன். எவ்வளவு நயமான விளக்கம்!

- தேதியூர் பாலு, சென்னை - 11.

இப்படி எல்லார்கிட்டேயும் சிரிச்சுப் பேசினா, உன்னைத் தப்பாப் புரிஞ்சுப் பாங்க!'' என்று சொல்லிக் கொடுத்தார். அப்போது, அந்த நிமிஷம், எனக்கு எம்.ஜி.ஆர். அறிவுரை சொன்னதாகவே தெரியலை, என் தாயார் ருத்ரம்மா சொல்வதாகவே பட்டது.

'நாடோடி மன்னன்' படப்பிடிப்பில் ஏற்பட்ட மறக்க முடியாத அனுபவத்தைச் சொல்கிறேன்.

நந்தவனம் போன்ற சூழலில், நான் தோழியருடன் ஆடிப்பாடிக் கொண்டிருக்கும்போது, மலைப்பாம்பின் பிடியில் சிக்கிக்கொள்வேன். கதாநாயகனான எம்.ஜி.ஆர்., என்ட்ரி ஆகி என்னைக் காப்பாற்றுவது போன்ற காட்சி அது!

கேமரா ஓடத் தொடங்கியது. மலைப்பாம்பு ஒன்று, என்னைச் சுற்றி வளைக்கும். நான் அதன் கழுத்தை மட்டுமே பிடித்துக்கொண்டு, திமிறியபடி விடுவித்துக் கொள்ள வேண்டும். ஆனால் என்னால் அப்படிச் செய்ய முடியவில்லை. பாம்பு, என் உடலைச் சுற்றி இறுக்கத் தொடங்கியது. நான் பயந்துபோய், அலறிக் கொண்டே மயங்கி விட்டேன்.

எனக்கு மயக்கம் தெளிந்த போது, என் அருகில் எம்.ஜி.ஆர். இருந்தார்.

''உனக்கு ஒண்ணும் ஆகலைம்மா! என்னோட கதாநாயகின்னா தைரியமா இருக்க வேணாமா?'' என்று எவ்வளவோ ஆறுதல் சொன்னார். ஆனாலும் என்னால் பயத்திலிருந்து மீள முடியவில்லை. 'ஓ' என்று அழ ஆரம்பித்து விட்டேன்.

உடனே அருகிலிருந்த கேமராமேன் ராம், ''நீங்க கூச்சல் போட்டு ரகளை செஞ்சதால, அந்தக் காட்சி, சரியா வரலை! அதனால இன்னொரு டேக் எடுக்கணும். ரெடியா?'' என்றார்.

என்னது...? ரீடேக்கா? எனக்குப் பேச்சே வரலை. கை, கால் எல்லாம் 'வெட வெட' என ஒரே உதறல்! கூட இருந்தவர்கள் எல்லாம் அமுக்கமாகச் சிரித்தபோதுதான், அவர் விளையாட்டாகச் சொன்னது புரிந்தது!

''இதோ இவர் இருக்காரே! ரொம்ப கம்பீரமான ஹீரோ! அவரோட நான் நடிச்ச படங்கள் எல்லாமே சூப்பர் ஹிட். எனக்குக் கல்யாணமான புதுசுல, அவர் என் கணவரிடம் அடிச்ச கமெண்ட் இருக்கே...! என் மூச்சையே ஒரு நிமிஷம் நிறுத்திடுச்சு!'' என்று அடுத்த புகைப்படத்துக்குத் தாவினார் அபிநய சரஸ்வதி!

(மலரும்)

சந்திப்பு, தொகுப்பு: அனுராதா சேகர்

படங்கள் உதவி : ஜெயபாபு

தஞ்சை சகா

காதல்

அவஸ்தை!

தனியே எரிவதை விட
காற்றில் படபடத்து
அணையாமல் இருக்க
நீ
கைகளால் அணைக்கையில்
அழகாக உள்ளது
அகல்!

இலைகள் உதிர்ந்து போனாலும்
உன் குறித்த
நினைவுகள் அடங்கிய
என் வேர்கள்
இன்னமும்
ஊடுருவிக்கொண்டுதான்
இருக்கின்றன உன்
மூடிய மனவகத்தில்...

முதல் காதல்
மறக்க முடியாது தவிக்கும்
ஒவ்வொருவருக்காகவும்
வருடந்தோறும் வந்து போகிறது
காயங்கள் தினம்

"இன்றைய சிறிய முதலீட்டின் மூலம் ஒரு சிறப்பான எதிர்காலத்தை உருவாக்கிடுங்கள்"

உங்களது முதலீடு ஒரே வருடத்தில் இரு மடங்காக வாய்ப்பு !





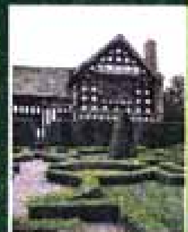
சன்டெக் கோ-ஆப் சிட்டி

FOR SALE 230 PLOTS

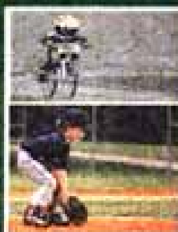
Rs. 750/- சதுர அடி

நுழைவுக் கட்டணம் எதுவும் இல்லை

மனை விலையில் 40% செலுத்தி மனையை முன்பதிவு செய்யலாம்.



சென்னை-பெங்களூர் நெடுஞ்சாலையில், ஸ்ரீபெரும்புதூருக்கு முன்னதாக பூந்தமல்லி மற்றும் குயின்ஸ்லேண்டிற்கு அருகில் உள்ளது. EMPEE டிஸ்டிலரிஸ் சந்திப்பிற்கு வெகு அருகில் அமைந்துள்ளது.





DTCP APPROVED

SALIENT FEATURES :

- அங்கீகாரம் பெற்ற மனைகள் (LP/DTCP No. 53/2007)
- 8% ஸ்டாம்ப் டியூட்டி முற்றிலுமாக நீக்கப்பட்டுள்ளது.
- தண்ணீர் வசதி மற்றும் தார்ச்சாலைகள்
- தகுதியுடையோருக்கு வங்கிக்கடன் வசதி செய்து கொடுக்கப்படும்.
- மொத்த மனைக்கும் முழுமையான சுற்றுச்சுவர் எழுப்பப்பட்டுள்ளது.
- 24 மணி நேர செக்யூரிட்டி வசதி



Karthikeyapuram

Co-op Building Society Ltd. (J.J. No. 345)
Registered Under Co-op Society Act 1983
www.suntechcoopcity.com

FOR FREE SITE VISIT CONTACT :
New No. 132, 1st Floor, Thirumala Complex,
(Near Hotel Swagath, Opp. P.F. Office),
Royapettah High Road, Chennai - 14.

Cell : 97899 85510, 94447 38281, 94443 24770.

திருவல்லிக்கேணி ஹ்யூமர் கிளப்பின் 25-ம் ஆண்டின் தொடக்க விழா ஜோக்குகளும் சிரிப்புகளுமாய் மேடை அதிர்ந்து முடிந்தது... இறுதியாக நடந்த விஷயம் பார்வையாளர்களின் சிரிப்பை அப்படியே உறைய வைத்துவிட்டது.









கிருஷ்ணன் கையில் அட்சயப் பாத்திரம்!

ஹியூமர் கிளப்பின் செக்ரட்டரி சேகரன் ''கிருஷ்ணன் என்ற இளைஞரை கௌரவிக்கப் போகின்றோம். ஏன் அவரைக் கௌரவிக்க வேண்டும் என்பதை இங்கே காட்டப் போகும் வீடியோ காட்சியைப் பார்த்த பின்னர் புரியும்'' என மர்ம அறிவிப்பு செய்தார்.

வீடியோ காட்சி முடிந்ததும், ''இப்படியும் ஒரு மனிதரா?'' என்ற வியப்புடன் அங்கத்தினர்கள் அனைவர் பார்வையும் கிருஷ்ணனிடம் சென்றன.

இனி கிருஷ்ணன் பேசியது :

''மதுரையில் ஹோட்டல் மேனேஜ்மெண்ட் படித்தேன். பெங்களூர் நட்சத்திர ஹோட்டலில் 50,000/- சம்பளத்தில் வேலை கிடைத்தது. ஸ்விட்சர்லாந்து செல்ல ஏற்பாடுகள் நடந்து



“எங்கே போச்சோ?”

எங்கள் வீட்டில் ஒரு பழக்கம். ஏதாவது பொருளை மறந்து வைத்து தேவையான பொழுது கிடைக்காவிட்டால், பாட்டியிடம் சொன்னால் அவர் சிறிய இரும்புக் கடப்பாறை வைத்திருப்பார். ஒரு பாத்திரத்தில் தண்ணீர் விட்டு அதில் கடப்பாறையைப் போட்டு விடுவார். தொலைந்த பொருள் உடனே கிடைத்துவிடும். அன்று, மோதிரம் காணாமல் போக, எல்லோரும் தேடிக் கொண்டே பாட்டியிடம் கூறினோம் அவரும் தேட ஆரம்பித்தார். "பாட்டி, நீங்க தேட வேண்டாம் உங்க இரும்புக் கடப்பாறையைத் தண்ணீரில் போடுங்க" எனக் கூற, பாட்டி கூறிய பதிலில் தொலைந்ததைக் கூட மறந்து சிரித்து விட்டோம்.

"அந்த கடப்பாறையை எங்கே வெச்சேனோ... காணலையே!"

- சாந்தி தர்மேஸ்வரன், கூடுவாஞ்சேரி.

கொண்டிருந்தன. சிறு வயது முதற் கொண்டு நிறைய, நிறைய பணம் பார்த்தேன். ஆனால் என் மனம் எதற்கோ அலை பாய்ந்து கொண்டிருந்தது.

ஒருமுறை காரில் என் தாய், தந்தை, தங்கையுடன் கோவிலுக்குச் சென்று கொண்டிருந்தேன் . மதுரை, சென்ட்ரல் பஸ் ஸ்டாண்டில் நான் கண்ட காட்சி என்னை உறையவைத்தது. ஒரு முதியவர் தன் மலத்தை எடுத்து, தானே உண்ணு கின்ற அவலக்காட்சியைக் கண்டேன்.

ஓடிப்போய் அருகிலிருந்த ஹோட்டலில் 10 இட்லி வாங்கி வந்து தந்தேன். பத்து நிமிடங்களில் அதைச் சாப்பிட்டு விட்டு கண்ணீர்ப்பெருக்குடன் அவர் பார்த்த பார்வை என்னை - என் வாழ்க்கையை மாற்றியமைத்தது.

அதன் பின்னர் மதுரையின் தெருக்களில் சமுதாயத்தின் கொடூர முகங்களால் ஒதுக்கப்பட்டவர்களை, மனநிலை பாதிக்கப்பட்டவர்களை காணும்போதெல்லாம் அவர்களுக்கு ஹோட்டலில் இருந்து உணவு வாங்கிக் கொடுக்க ஆரம்பித்தேன்.

நான் மறுபடியும் பெங்களூருக்கு வேலைக்குப் போனேன். விதவிதமான உணவையும், வீணடிக்கப்படும் பண்டங்களையும் பார்க்கும்போதெல்லாம், வீதிகளில் ஒட்டிய வயிறுடன் உணவு தேடி குப்பைத் தொட்டிகளைக் கிளறும் மனநிலை பாதிக்கப்பட்ட முகங்களே கண்முன் தோன்றின. ''கிருஷ்ணா, இது உன் இடமல்ல! பசித்தவர்களின் பெரும் பிணியைப் போக்கு... போ... உடனே போ!'' என்று உள்மனம் கூக்குரலிட்டது. வேலையை விட்டு விட்டு மதுரை திரும்பினேன். என் குடும்பமே திகைத்துப் போய் நின்றது.

என்னைப் பைத்தியம் என்றனர். வைத்தியம் பார்த்தே ஆக வேண்டும் என்று சொன்ன அப்பா, அம்மாவைக் கொண்டு போய் நான் செய்கின்ற செயலைப் பாருங்கள் என காட்டினேன்.

அதைப் பார்த்துவிட்டு, என் அம்மா சொன்னது இதுதான் : ''நீ ஊருக்குச் சாப்பாடு போடுகிறாய். என் உயிர் உள்ள வரை உனக்கு நான் சாப்பாடு போடுகிறேன்'' என்றார்.

அதன் பின்னர் ஜனவரி 2003ல் 'அட்சயா' என்ற அமைப்பைத் தொடங்கி நடத்தி வருகின்றேன்.

எனக்காக பிச்சை கேட்க நான் வரவில்லை. நான் உங்களிடம் மன்றாடுவதெல்லாம் மனநலம் குன்றியவர்களைக் கண்டால், ஒதுக்கப்பட்டவர்களைக் கண்டால், அவர்கள் பசி தீர ஒரு வாழைப்பழம் வாங்கிக் கொடுங்கள் அது போதும்'' என முடித்தார்.

அரங்கத்தின் உள்ளே ஆழ்கடல் அமைதி.

''இப்படியும் ஒரு மனிதரா?!''

- நிஷாஜி, ஆதம்பாக்கம்.



தூள் உப்பு -ஓர் எச்சரிக்கை!

ஜனவரி இதழில் கல் உப்பின் மேன்மை பற்றி நன்றாக எழுதியிருந்தார் என். கலாமணி. ஆனால், தூள் உப்பினால் வரும் சில ஆபத்துகளைப் பற்றியும் பார்ப்போமா?

அண்மைக்காலமாக ஆஸ்டியோபோராஸிஸ் முதலான எலும்புத் தேய்மான நோய்களால் பாதிக்கப்படுவோரின் எண்ணிக்கை அதிகரித்து வருவதற்குத் தூள் உப்பின் பயன்பாடு பெருகியிருப்பது தான் காரணம் என்கிறார்கள் மருத்துவர்கள். காரணம், அமிலப் பொருளான சோடியமும் அமிலத்தின் எதிர்ப் பொருளான மெக்னீஷியம் மற்றும் பொட்டாஷியம் ஆகிய காரப் பொருட்களும் கலந்த சமச்சீரான உணவுப் பொருளான உப்பிலிருந்து, காரப் பொருட்களை மட்டும் தூள் உப்பு தயாரிப்பாளர்கள் பிரித்தெடுத்து விற்று விடுவதால், வெறும் சோடியம் மட்டுமே நிறைந்த அமிலப் பொருளாகத் தான் தூள் உப்பு விற்கப்படுகிறது.

இதை உண்பதால் ரத்தத்தில் அமிலத் தன்மை மிகுதியாகி, நம் ரத்தமே நம் எலும்புகளை அரிக்கத் தொடங்கிவிடுகிறது! நம் அரசாங்கங்களும் இதற்கு உடந்தையாக, அயோடின் எனும் ஒரு சத்துக்காக இவ்வளவு பயங்கரமான உப்பை உண்ணச் சொல்கின்றன! அதற்கு ஆதரவாக மக்கள் பணத்தையே செலவழித்து விளம்பரங்கள் வேறு!

தற்போது அயோடின் கலந்து கல் உப்பே கிடைக்கிறது. என். கலாமணி கூறியது போல், அதையே தூளாக்கிக் கூடப் பயன்படுத்தலாம். ஆனால் இதற்கு மின் அம்மி (மிக்ஸி)யைப் பயன்படுத்தக் கூடாது! சத்திகள் விரைவில் மழுங்கி விடுகின்றன. இருக்கவே இருக்கின்றன அரவை நிலையங்கள். அவற்றை நாடுவோம்! உறுதியான எலும்புகளோடு வாழ்வோம்!

- இ.பு. ஞானப்பிரகாசன்,
மடிப்பாக்கம்.

As per BIS,
IS:2888-1983



உத்திரவாதமான மேனிப் பராமரிப்பு
தலைமுறை தலைமுறையாக

50 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக, மேனிப் பராமரிப்பில் ஸின்த்தால் நம்பகமான சோப் என்று தொன்றுதொட்டு பெயர் பெற்றுள்ளது. ஸின்த்தால் சோப் மேனியின் எழிலை மேம்படுத்துகிறது. இதன் ஒப்பற்ற நறுமணம் நாள் முழுவதும் நீடித்து உங்களை புத்துணர்வுடன் வைக்கும். எனவே ஸின்த்தால் பல தலைமுறைகளாக விசுவாசமான வாடிக்கையாளர்களை உருவாக்கியதில் ஆச்சரியமில்லை.



மேனிப் பராமரிப்பு என்றென்றும்

The Company is proposing, subject to market conditions and other considerations, an offer on a rights basis of its equity shares and has filed a Draft Letter of Offer with SEBI, which is available on the website of SEBI at www.sebi.gov.in and LM at www.jmfinancial.in



குக்கரில் இரண்டு, மூன்று பொருட்கள் சேர்த்து வேகவைக்கும் போது, மேல்தட்டில் பயத்தம் பருப்பு போன்ற பருப்பு வகைகளை கொஞ்சமாக இருந்தாலும் வைக்கக் கூடாது. பருப்பு பொங்கி அது குக்கரின், ஆவி வரும் துவாரத்தை அடைத்துக் கொண்டு குக்கரே சில சமயங்களில் வெடித்துவிடும் அபாயம் உள்ளது.

- ஜி. சாந்தி, திருச்சி.

குக்கர் அபாயம்!



ரேஷன் கார்டில் குடும்ப உறுப்பினர்களின் பெயர்களைப் பதிவுசெய்யும் பொழுது, குழந்தைகளின் செல்லப் பெயர்களைக் கொடுத்து விடாதீர்கள். பள்ளிக்குக் கொடுக்கப் போகும் உண்மையான, முழுப் பெயரை கொடுக்கவும். பள்ளியில் சேர்ப்பதிலிருந்து, பாஸ்போர்ட் எடுப்பது வரை அனைத்திற்கும் ரேஷன் கார்டு தேவைப்படுகிறது. எனவே கவனமாகப் பெயர்களைப் பதிவுசெய்யவும்.

- பா. பனிமலர், மதுரை - 14.

வெளிநாடு செல்ல விசா வாங்கப் போறீங்களா? ஒரு நிமிஷம். குழந்தைகளாக இருந்தாலும், இக்கால ஹேர்ஸ்டைல்படி காதுகளை மூடி ஃபோட்டோ எடுத்து விசா படிவத்தில் ஒட்டக் கூடாது. காதுகள் தெரியும் படி ஃபோட்டோ எடுத்து ஒட்டினால் தான் விசா விண்ணப்பம் ஏற்றுக் கொள்ளப் படும்.

- சரஸ்வதி வெங்கட்ராமன், சென்னை.

உடையில் எண்ணெய் கொட்டி விட்டால் உடனே அந்த இடத்தில் கிரீம் பவுடரை பூசி ஒரு மணி நேரம் வைத்திருந்து அதன் பிறகு சோப்புப் போட்டு அலசினால் எண்ணெய்க் கறை இருந்த இடம் தெரியாமல் மறைந்துவிடும்.

- ஆர். தங்கராஜ், திருப்பூர்.

பஜ்ஜி உப்பலாக வரணுமா? காய்ந்த எண்ணெயை ஒரு கரண்டி மாவில் சூடாக ஊற்றித் தோய்த்துப் போட்டால் பஜ்ஜி குண்டாக வரும். சோடா உப்பு போட தேவையில்லை.

- என். விஜயலெட்சுமி, தபோவனம்.

மியூச்சுவல் ஃபண்ட்டுக்கான படிவத்தில் 'ரிஸ்க் ஃபேக்டர்ஸ்' என்பதனை மிக மிகச் சிறிய எழுத்துக்களில் அச்சிடுவதால் பலருக்குப் படிக்கவே முடியாமல் போகிறது. அவற்றை பெரிய எழுத்துக்களில் அச்சிடலாமே!

- பூங்கோதை இராஜு,
அடையாறு.

பொது இடங்களில், பலர் கூடி பேசும் சூழ்நிலைகளில் அனைவருக்கும் தெரிந்த மொழியிலேயே பேச வேண்டும். ஏதோ இருவர் மட்டும், தனித்து ஒரு மொழியில் பேசுவது நாகரீகம் அல்ல. இது மற்றவர்களைச் சங்கடத்தில் ஆழ்த்தும்.

- பா. பனிமலர், மதுரை - 14.

Johnson's baby®



என்ன?

ஜான்ஸன்ஸ் பேபி மில்க் லோஷன் இப்போது அம்மாவுக்குமா?

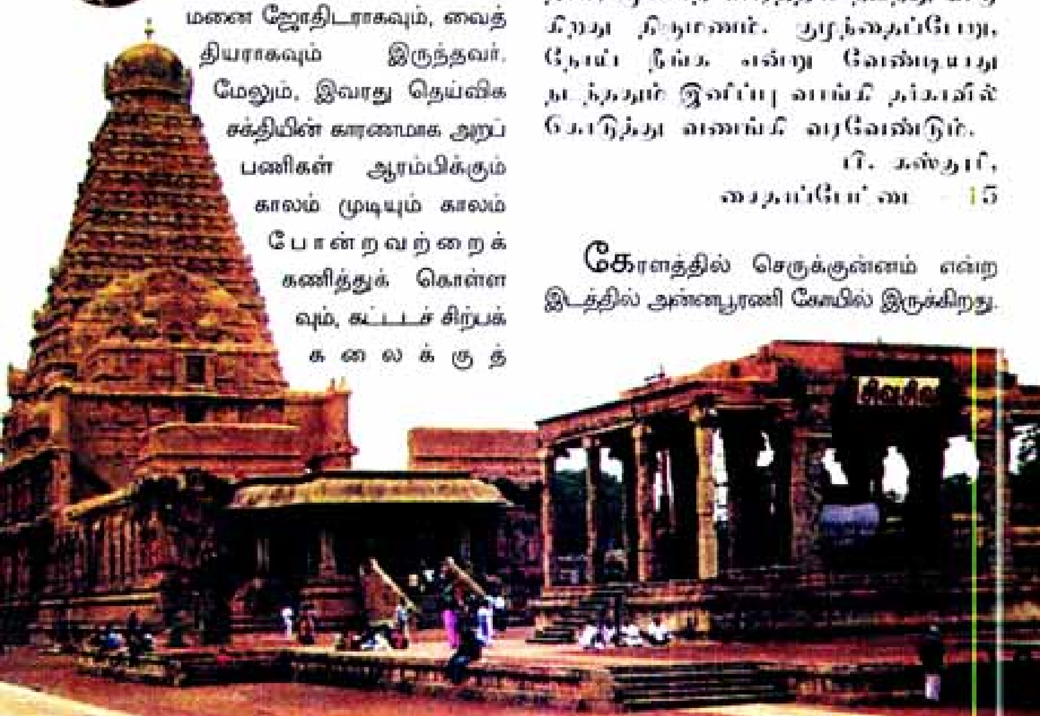
ஜான்ஸன்ஸ் பேபி மில்க் ரேஞ்ச் மூலம் இப்போது பேபி சாஃப்ட் சருமம் அம்மாவிற்கும் கிடைக்கும். இதில் பாலின் இயற்கை குணங்கள் இருக்கின்றன. இது உங்கள் சருமத்திற்கு ஊட்டமளித்து உங்கள் சருமத்தை மிருதுவாக்குகிறது. உங்கள் குழந்தைக்கு சிறந்த இந்த தயாரிப்பு உங்களுக்கும் சிறந்ததாக இருக்கும். இன்னும் என்ன, உங்கள் சருமத்தை சீராட்டுங்கள்.







தஞ்சை பெரிய கோயில் தெற்கு மூலையில் சித்தர் பெருமான் சந்நிதி உள்ளது. இவர் ராஜராஜ சோழ மன்னர் காலத்தின் அரண்மனை ஜோதிடராகவும், வைத்தியராகவும் இருந்தவர். மேலும், இவரது தெய்விக சக்தியின் காரணமாக அறப்பணிகள் ஆரம்பிக்கும் காலம் முடியும் காலம் போன்றவற்றைக் கணித்துக் கொள்ளவும், கட்டடச் சிற்பக் கலைக்குத்



தேவைப்படும் ரசமணிகளைத் தயாரிக்கவும் ஆஸ்தான சித்தராகவும் செயல்பட்டு வந்தார் எனவும் கூறுகின்றனர். பிள்ளைப்பேறு இல்லாதவர்கள், பெரும் துன்பத்துக்கு ஆளானவர்கள், வீடு கட்டும் யோகம் வேண்டுவோர், சொத்துப் பிரச்னை உள்ளவர்கள் தீவில்லாத நோய்க்கு ஆளானவர்கள் சித்தர் சுவாமியைத் தரிசித்து வழிபட்டால் உடனடியாக கவலைகள் தீர்ந்து மகிழ்ச்சி ஏற்படும் என்பது ஐதிகம்.

- ஏ. வாராகி, திருவத்திபுரம்

சென்னை கிண்டியில் உள்ள கவர்னர் மாளிகை பின்புறம் ஒரு தர்கா உள்ளது. இங்கு வியாழன் அன்று, சமாதியைச் சுற்றி வந்து, கொடிக் கம்பத்தில் கயிறு கட்டி பிரார்த்தனை செய்தால், மூன்றே வாரத்தில் நடந்து விடுகிறது திருமணம். குழந்தைப்பேறு, நோய் நீங்க என்று வேண்டியபடி நடந்ததும் இனிப்பு வாங்கி தர்காவில் கொடுத்து வணங்கி வரவேண்டும்.

பி. கஸ்தூரி,
சைதாப்பேட்டை - 15

கேரளத்தில் செருக்குன்னம் என்ற இடத்தில் அன்னபூரணி கோயில் இருக்கிறது. அங்கே வரும் பக்தர்களுக்கெல்லாம் சாப்பாடு போடுகிறார்கள். அது மட்டுமல்ல, தினமும் இரவில் கோயிலுக்குப் பக்கத்தில் உள்ள ஒரு மரத்தில் பெரிய சோற்றுப் பானையைக் கட்டி வைத்து விடுவார்கள். இரவு நேரத்தில் அந்தப் பக்கமாகப் போகும் திருடர்களும் பசியாற வேண்டும் என்பதற்காகத்தான் இந்த ஏற்பாடு. அன்னபூரணி அனைவருக்கும் ஆகாரம் அளிப்பவள் அல்லவா!

- ஆர். அனுராதாபாய்,
திருச்சி - 2

திருவண்ணாமலையில் பரணி தீபம் ஏற்றப்படுவது போலவே தமிழகத்தின் மற்றொரு மலை மீதும் பரணி தீபம்



ஏற்றப்படுகிறது.

ஏற்காட்டிலிருந்து ஏழு கிலோ மீட்டர் தூரம் உயரே சென்றால், வரும் 'தலைச்சோளை' கிராமத்தில் உள்ள சிவன் கோயிலில் மலைக்கு மேல் திருவண்ணாமலையில் ஏற்றப்படும் அதே நேரத்தில் தீபம் ஏற்றப்படுகிறது. ஆயிரக்கணக்கான மக்கள் ஜோதி வடிவத்தைத் தரிசித்து ஆனந்தமடைகிறார்கள்.

- உஷாமணி,
பெங்களூர்.

திருடனுக்கும் உணவு!

காரைக்காலிலிருந்து திருநள்ளார் போகும் வழியில் உள்ளது நளனுக்கே வழிகாட்டிய அம்மான் கோயில்! நளனுக்கு சனியின் பிடியிலிருந்து மீள வழி சொன்ன தால் வழிகரை அம்மான் என்று பெயர் வழங்குகிறது. சனிபகவானுக்கு பயந்து வடக்குப் பக்கமாக சன்னதி உள்ளது என்பார்கள். நமக்கு வாழ்க்கையில் வழி தெரியாத எந்தப் பிரச்னையாயிருந்தாலும் இங்கு வந்து வேண்டிக் கொண்டால் நடக்கிறது.

- எஸ். சரஸ்வதி ஜானகிராம்,
காரைக்கால்.

தஞ்சை மாவட்டத்திலுள்ள 'திட்டை' குரு பரிகாரஸ்தலம். இத் திருத்தலத்தில் எழுந்தருளியிருக்கும் வசிஷ்டேஷ்வருக்கு 'நித்ய அபிஷேகப் பிரியர்' என்ற பெயரும் உண்டு.

கோயிலின் விமானம்; சூரிய, சந்திரகாந்தக் கற்களால் கட்டப்பட்டது. சூரியனின் ஒளியானது, கல்லிலிருந்து உறிஞ்சிய ஈரத்தை நீராக மாற்றி சிவலிங்கம் மீது சொட்டுச் சொட்டாக விழுகின்றது. சமீபத்தில் அமெரிக்க, முன்னாள் அதிபர் பில் கிளின்டனின் சகோதரி 'மக்சேனா' என்பவர் சுமார் 10 பேருடன் இத்தலத்துக்கு வந்து குருதட்சிணாமூர்த்தி சன்னதியில் யாகம் வளர்த்து இந்துக்களாக மாறினார்கள் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

- வி. மாதங்கி பாலகிருஷ்ணன்,
திருச்சி.





எப்பொழுது என்று யோசிக்கிறேன்
அது கூட எனக்குத் தெரியவில்லை
அது தொலைந்து பல மாதங்கள்
அல்ல அல்ல... பல வருடங்கள் ஆகிவிட்டன போலும்
எனக்கு இன்றுதான் புரிய வருகிறது
சிறிய வயதிலிருந்தே என்னுடன் இருந்த அது
கவனமாய் இருக்கும்போதே கைநழுவிப் போனதோ!
என் கணவர் அலுவலகம் போகையில்
குதூகலத்துடன் என்னுடன் இருந்த அது
சொந்த வியாபாரத்தில் இறங்கியவுடன்
சொல்லாமல் போய்விட்டதோ!
ஒன்பது படிக்கும் என் மகன் இன்று
பத்துக்கு போகையில் அதுவும்
அவனுடன் பறந்தே போனதோ!
இனிமேல் எங்கு தேடுவேன் என் ஞாயிற்றுக்கிழமையை
உங்களிடம் உள்ள ஞாயிறை கவனமாய்
காத்திடுங்கள் இல்லையேல் என் போல்
தேட நேரிடும் சொல்லி விட்டேன்! என்போல்
வாட நேரிடும் சொல்லியே விட்டேன்!

– எழில்

இருட்டு மிச்சமிருக்கும் அதிகாலை நேரம். கும்பல் கும்பலாக ஆங்காங்கே பெண்கள் காத்திருக்கிறார்கள். "எட்டு ஆள் வாங்க... பத்து ஆள் வாங்க!" என்று கட்டடமேஸ்திரி குரல் கொடுக்கவும், பாய்ந்து ஓடுகிறார்கள்... வாய்ப்பு கிடைக்காதவர்கள், ஏமாற்றத்துடன் திரும்புகிறார்கள். அன்றைக்கு அவர்கள் வீட்டு அடுப்பு எரியுமா என்பது சந்தேகம்தான்!

"சில சமயங்களில் அவசரத்துக்கு ஆட்டோவுல அழைச்சுக்கிட்டுப் போவாங்க; 'ஆஹா, ஆட்டோவில அழைத்துக் கொண்டு போகிறாரே மேஸ்திரி' என்று சந்தோஷப்பட முடியாது. வேலை முடிந்து கூலி கொடுக்கிறபோது, ஆட்டோ பணத்தில் அவருக்குரிய பங்கைக் கழித்துக்கொண்டு விடுவார். சில மேஸ்திரிகள் டீக்காக, பஸ் சார்ஜ் இவற்றைக்கூடக் கழித்துக் கொள்வார்கள்."

"நகர்ப்புறங்களில் பெண் தொழிலாளர்களுக்கு நூறு முதல் நூற்றைம்பது ரூபாய் வரையும், கிராமப்புறங்களில் அறுபது முதல் எண்பது ரூபாய் வரையும் தினக்கூலி தரப்படுகிறது. சில மேஸ்திரிகள் அடுத்தடுத்து வேலை இருக்கும் பட்சத்தில், தொடர்ந்து வேலை கொடுப்பார்கள்."

"இரவு நேரங்களில் பொதுவாக பெண்கள் கட்டட வேலைக்குப் போவதில்லை. ஆனாலும், பிரம்மாண்டமான அளவில் நடக்கும் கட்டுமான வளாகங்களில் பெண்கள் இரவு நேர வேலையும் செய்ய வேண்டியிருக்கும்; இதற்கு அதிகப்படியான கூலி தரமாட்டார்கள்; வழக்கமான கூலியே கிடைக்கும்."

"பொதுவாக, எல்லா பெண் கட்டடத் தொழிலாளர்களும் இரவு வீடு திரும்பிய பிறகுதான் அடுப்பு மூட்டி சமையல் செய்வார்கள்; அதிலேயே கொஞ்சம் மிச்சம் வைத்துவிடுவார்கள். மறுநாள் காலை ஒரு டீயை மட்டும் குடித்துவிட்டு, வேலைக்குப் புறப்பட்டு விடுவார்கள். முந்தைய தின மிச்ச உணவைக் கட்டி எடுத்துக்கொண்டு போய், மத்தியானம் சாப்பிட்டுக்கொள்வார்கள். காலையில் ஏதாவது சாப்பிட்



இமை மூடா சுமைதாங்கி!

டாலும், சாப்பிடாவிட்டாலும், மதிய சாப்பாட்டுக்கு இரண்டு மணியாகி விடும்.''

''மணல், ஜல்லி, செங்கல்லை எடுத்துக்கொண்டு இரண்டு, மூணு மாடி ஏற வேண்டியிருக்கும்; உடம்பு சோர் வடைந்து, சிறிது நேரம் ஓய்வு எடுத்தால், 'வெட்டிப் பேச்சு பேசாம வேலையைப் பாருங்க'ன்னு மனிதாபிமானமே இல்லா மல் அதட்டல் வரும்!''

''வேலை பார்க்கிற இடத்தில் அடி படுவது சகஜம். அப்படி அசம்பாவிதங் கள் ஏதாவது நடந்துவிட்டால், பல இடங்களில் முதலுதவி வசதிகூட இருக் காது; சில இடங்களில் முதலுதவி செய்து விட்டு, கையில் நூறு ரூபாய் கொடுத்து, ஆஸ்பத்திரிக்கு அனுப்பிடுவாங்க. அபூர் வமா ஆஸ்பத்திரிக்கு ஏதாவது செலவு செய்தால், மறுபடி வேலைக்குப் போகிற போது, செஞ்ச செலவை கூலியிலிருந்து பிடிச்சுக்குவாங்க. அடுத்து சில நாட்கள் வேலைக்குப் போக முடியாமல் போனால், கூலியே கிடைக்காது. குடும்பத்தில் கஷ்டம்தான்.''

''குடும்பச் சூழ் நிலை காரணமாக கர்ப் பிணிப் பெண்கள் குழந்தை பிறப்பதற்கு சில நாட்கள் முன்பு வரை கூட வேலைக்குப் போவ துண்டு; வேலை பார்த்துக்







கொண்டிருக்கும்போதே பிரசவ வலி எடுத்து, ஆஸ்பத்திரிக்கு அழைத்துச் செல்லப்பட்டவர்களும் உண்டு; அதே போல, குழந்தை பிறந்த ஏழெட்டு நாட்களிலேயே, பச்சை உடம்போடு வேலைக்கு வருபவர்களும் உண்டு. ஒருநாள் கூலி கிடைத்தால், அன்றைய பொழுது வண்டி ஓடுமே!''

“வேலைக்குப் போகிற இடத்தில் அசிங்கமான வார்த்தைகளால் திட்டுவது ரொம்ப சகஜமா நடக்கும். இந்த அநாகரிகத்தின் உச்சகட்டங்களில், சில பெண்கள், 'மரியாதையாகப் பேசு' என்று எச்சரிப்பதும், மேஸ்திரி, 'உனக்கு வேலை கிடையாது' என்று பழிவாங்குவதும் சகஜமான விஷயங்கள்தான். சில சமயங்களில், 'போய்யா, நீயுமாச்சு உன் வேலையுமாச்சு'' என்று சொல்லிவிட்டு, நடையைக் கட்டும் வீரப் பெண்களும் உண்டு.''



“கணவர் மேஸ்திரியாக இருப்பார், மனைவி சித்தாளாக இருப்பார். ஆனால், கணவர் தான் மேஸ்திரியாக இருக்கும் இடத்தில், மனைவி வேலை செய்வதை அனுமதிக்க மாட்டார். வீட்டுப் பிரச்னைகள், வேலை நடக்கும் இடத்திலும் தொடரும் என்பது மட்டும் இல்லை காரணம். அங்கே நடக்கும் அவரது வண்டவாளங்கள் தண்டவாளம் ஏறிவிடும் என்பதால்தான்.''

“சனிக்கிழமை வாரக்கூலி தருகிற போது, ஒருநாள் கூலியை மேஸ்திரி பிடித்துக்கொள்வார். காரணம், திங்கட்கிழமை, அவரிடம் வேலைக்கு வராமல், வேறு எங்காவது வேலைக்குப் போய் விடுவாங்களோ என்ற சந்தேகம்தான். ஒருநாள் கூலியைப் பிடித்துக்கொண்டால், அதற்காகவாவது திங்கட்கிழமை வேலைக்கு வந்தே ஆகணும் இல்லையா?''

“சிலர், இளம்வயதுப் பெண்களாகப் பார்த்து வேலை கொடுப்பார்கள்; மத்திய வயதுப் பெண்கள் இதனைச் சுட்டிக்காட்டினால், 'நாலு மாடி செங்கல் தூக்கிக்கொண்டு ஏற உங்களால் ஆகுமா? வயசுப் பெண்கள்னா மடமடன்னு வேலை நடக்கும்'னு சொல்வாங்க. ஆனா, இது முழுமையான உண்மைக் காரணமில்லை.''

“ஆண்களிடம் ஏமாந்து, தங்களையே பறிகொடுத்துவிட்டு, பெண்கள் வாழ்க்கையைச் சீரழித்துக்கொள்வது கட்டடத் தொழிலில் இன்று சாதாரணமாகி விட்டது. அதிலும், ஏற்கெனவே திருமணமான மனிதர் என்று தெரிந்தே பாழுங்கிணற்றில் விழும் பெண்கள் இருப்பதுதான் வேதனை.''

தொகுப்பு : எஸ். சந்திரமௌலி
படங்கள் : கௌதம் ராம்

Gurunathar Charanam



PRASHANTI

House of Silk Cottons

Marriage is fixed? have no anxiety... be relaxed...

Marriage is now affordable with PRASHANTI's "Grand Wedding Collections"

(Avail discount for bulk purchase)

சில்க் காட்டன் என்றாலே பிரசாந்தி!

லைட்வெயிட் பாலிகாட்டன் என்றாலும் பிரசாந்தியே!!

Also introducing Prashanti's half Saree for Your Teens...

PRASHANTI	PRASHANTI'S PARIPURNA
16, 6th Cross St, C.I.T. Colony,	# 52, 4th Main, 17th Cross,
(Behind Chettiar Hall) Mylapore, Ch - 4.	Malleswaram Bangalore - 55
Ph: 24991850 / 24997636	Ph: 23341632 / 98861 85951

Timing: 10 am to 8 pm | Sunday Holiday | Major Credit Cards Accepted

2008 ஆம் ஆண்டின் கோடைச் சுற்றுலாக்கள்

பஸ். ஹோட்டல் ரூம்கள் மற்றும் தென்னிந்திய சைவ உணவுடன்

ஹிமாச்சல பிரதேச வெண்பனிக் காட்சிகள்

சென்னை - டில்லி - அமிர்தசரஸ் - சண்டிகர் - குலு - மணிக்கரன் - மனாலி - ஐஸ் பாயிண்ட் - சென்னை

தேதிகள்: 27.04.08; 04.05.08; 11.05.08; 18.05.08

ரூ. 7500/- + ரயில் டிக்கட்

ஏசி பஸ், ஏசி ரூம், சைவ உணவு வசதியுடன்

ஹிமாச்சல பிரதேச வெண்பனிக் காட்சிகள்

சென்னை - டில்லி - அமிர்தசரஸ் - சண்டிகர் - குலு - மனாலி - ஐஸ் பாயிண்ட் - சிம்லா - சென்னை

தேதிகள்: 02.05.08; 16.05.08

ரூ. 6500/- + ரயில் டிக்கட்

Non ஏசி பஸ், Non ஏசி ரூம், சைவ உணவு வசதியுடன்

கொல்கத்தா - டார்ஜிலிங் - கேங்டாக்

தேதிகள்: 25.04.08; 02.05.08; 09.05.08; 16.05.08; 23.05.08

ரூ. 6500/- + ரயில் டிக்கட்

Non ஏசி பஸ், Non ஏசி ரூம், சைவ உணவு வசதியுடன்

கவுஹாத்தி - ஷில்லாங் உடன்

தேதிகள்: 02.05.08; 16.05.08 ரூ. 9500/- + ரயில் டிக்கட்

காத்மாண்டு - போக்ரா உடன்

தேதிகள்: 09.05.08 ரூ. 12000/- + ரயில் டிக்கட்

அந்தமான் தீவுகள்

தேதிகள்: 16.02.08; 13.03.08; 17.04.08

ரூ. 5500/- + விமானம் / கப்பல் டிக்கட்

Non ஏசி பஸ், Non ஏசி ரூம், சைவ உணவு வசதியுடன்

சென்னை - டில்லி - ஜம்மு வைஷ்ணவி - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் - பத்ரிநாத் - கேதார்நாத் - சென்னை

தேதிகள்: 05.05.08 ரூ. 6900/- + ரயில் டிக்கட்

சென்னை - டில்லி - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் - கங்கோத்ரி - யமுனோத்ரி - பத்ரிநாத் - கேதார்நாத் - சென்னை

தேதிகள்: 18.05.08; 13.06.08 ரூ. 9000/- + ரயில் டிக்கட்

முக்திநாத் ஹெலிகாப்டர் பயணத்துடன்

சென்னை - சித்ரகூடம் - அலகாபாத் - நைமிசாரண்யம் - அயோத்தியா - கோரக்பூர் - லும்பினி - ஜனக்புரி - போக்ரா - முக்திநாத் - காத்மாண்டு - மனோகாமனா - வாரணாசி - சென்னை

தேதிகள்: 17.03.08; 17.04.08; 19.05.08

ரூ. 18500/- + ரயில் டிக்கட்

திருக்கைலாய யாத்திரை

(ஏழாவது வெற்றிகரமான 23வது யாத்திரை)

4500 CC ஜீப் ரூ. 59000/-

சென்னை - கோரக்பூர் - சென்னை ரயிலில்

காசி - கயா - புத்த கயா - அலகாபாத்

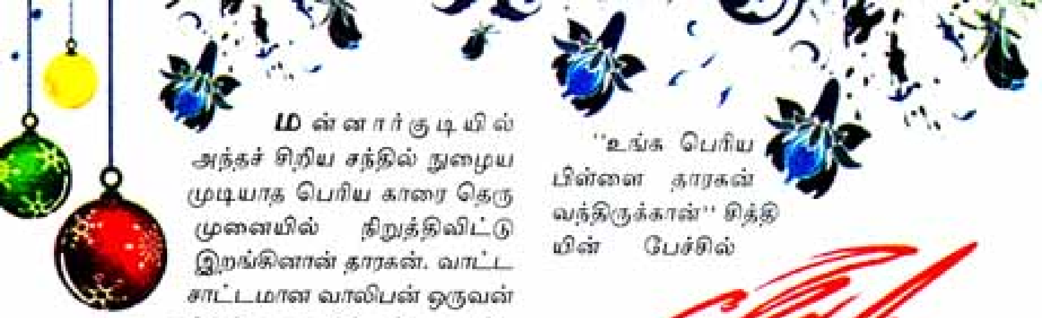
தேதிகள்: பிரதி மாதம் 2வது திங்கட்கிழமை

ரூ. 8000/- + ரயில் டிக்கட்

Non ஏசி பஸ், Non ஏசி ரூம், சைவ உணவு வசதியுடன்

ஸ்ரீ டிராவல்ஸ்

போன்: 044 - 65345081; 082; 083; 28516799



மன்னார்குடியில் அந்தச் சிறிய சந்தில் நுழைய முடியாத பெரிய காரை தெரு முனையில் நிறுத்திவிட்டு இறங்கினான் தாரகன். வாட்ட சாட்டமான வாலிபன் ஒருவன் ஓட்டுக் கூரை வீட்டில் நுழைந்ததை தெருவே ஆச்சரியமாகப் பார்த்தது.

''வாங்க, யாருன்னு தெரியலையே'.'

குரல் வந்த திசையில் மங்கலாகத் தெரிந்த உருவத்தைப் பார்த்து, ''தாரகன் வந்திருக்கேன்'' என்றான்.

தன்னைவிட மிஞ்சிப் போனால் பத்தே வயது பெரியவளை சித்தி என்று கூப்பிட ஏற்பட்ட தயக்கத்தில் உறவின் விளிப்பு உள்ளேயே அமிழ்ந்தது.

''தாரகா! வாப்பா, நல்லாயிருக்கியா? சின்ன வயசுலே உங்கப்பா இருந்த மாதிரியே உசரமா, இருக்கே! கலர்தான் உங்கம்மா மாதிரி நல்ல சிவப்பு. அடையாளம் இப்ப நல்லாவே தெரியுது!'' பரபரத்தாள் சித்தி பானு.

'எந்தச் சூழ்நிலையையும் இயல்பாக ஏற்றுக்கொள்ள இந்தப் பெண்களால் மட்டும் எப்படி முடிகிறது?' தாரகனுக்கு ஆச்சரியமாக இருந்தது. அதனால் தனக்குக் கூட சூழ்நிலையின் இறுக்கம் குறைந்ததை உணர்ந்தான்.

''யாரு வந்திருக்கா?'' கயிற்றுக் கட்டிலில் நைந்த துணியாய் நாட்களை எண்ணிக் கொண்டிருந்தாலும் அப்பாவின் குரலின் கனம் மட்டும் குறையவேயில்லை.

''உங்க பெரிய பிள்ளை தாரகன் வந்திருக்கான்'' சித்தியின் பேச்சில்

மகிழ்ச்சியின் படபடப்பு தெரிந்தது.

''தாரகனா? பெத்து வளர்த்த அப்பன் நினைப்பு இத்தனை வருஷத்திற்கு அப்புறமாவது வந்ததே, சந்தோஷம். வந்ததுதான் வந்தே, இப்பவோ நாளைக்கோ போகப் போற என் நெஞ்சுல ஒரு சட்டி நெருப்பைக் கொட்டி காரியத்தை முடிச்சுட்டுப் போய்ச் சேர்'' - விஷம் தோய்ந்த ஈட்டியாய்ப் பாய்ந்து நெஞ்சுச் சதையைக் குத்தியிழுக்கும் அதே நிஷ்டூரப் பேச்சு.

''எத்தனையோ வருடங்களுக்குப் பிறகு வீடு தேடி வந்திருக்கும் பிள்ளையிடம் பேசும் பேச்சா இது?'' என்கிற பாவத்தில் முகம் மாற பானு, காப்பி கொண்டு வரும் சாக்கில் சமையலறைக்குள் மறைந்தாள்.



தந்தை!

'பெற்று வளர்த்தாராமே? பெற்றதற்குக் காரணமானவர் என்பதைத் தவிர நான் மாயவரம் மண்ணை விட்டு ஓடும் வரை தகப்பன் என்ற முறையில் என்ன கடமையைச் செய்தார்?

அம்மாதான் பட்டினி கிடந்து அப்பா மூன்று சீட்டுக்கு பிடுங்கிக் கொண்டது போக மீதியிருந்த பொட்டுப் பொடி நகைகளை விற்று என் படிப்பிற்கும் வயிற்றுக்கும் உதவினாள். அம்மா மானி, வாயில்லாத பூச்சி. ஒருநாள் ரொம்ப முடியாமல் போய், படுத்து அம்மாவின் கண்கள் மோட்டுவளையைப் பார்த்து நிலைகுத்தி நின்றன. அம்மா செத்துவிட்டது தெரியாமல், ராமையா தோட்டத்தில் சீட்டாடிக் கொண்டிருந்த அப்பாவிடம் ஓடிப் போய் சொன்னபோது, ''ஒன்றும் இருக்காது. வழக்கம் போல் வாயுப்பிடிப்பாக இருக்கும். சோடா வாங்கிக் கொடு'' என்று இரண்டு ரூபாய் நாணயத்தைத் திரும்பிக் கூடப் பார்க்காமல் வீசிவிட்டு ஆட்டத்தில் மும்முரமானவர் தானே இவர்?

அம்மா செத்துப் போனது தெரிந்ததும் என்னமாய் முதலைக் கண்ணீர் வடித்தார்? அவருடைய அரிதாரப் பூச்சு முகம்தான் அடுத்தவர்களுக்குத் தெரியும். பொய்யும், சுயநலமும் நிறைந்த மறுபக்கம் அவனுக்கும் அம்மாவுக்கும்தான் தெரியும்.

பள்ளியிறுதித் தேர்வில் முதல் மாணவனாக வந்த தாரகனைப் பாராட்டாதவர் அவன் அப்பா ஒருத்தர்தான்.

''அதிக ஆசையெல்லாம் ஒத்துவராது. பதினெட்டு வயசு வரை பெரிய வீட்டு அரிசி மண்டியில் கணக்கெழுது. அதற்கப்புறம் கவர்மெண்ட் பரீட்சை ஏதாவது எழுதலாம். உன்னை உட்கார வைச்சுச் சோறு போட உன் தாத்தா நிலம் எதுவும்

எழுதி வைக்கவில்லை.''

இருந்த ஒரே ஆதரவான அம்மாவையும் இழந்து தவிக்கும் தன்னிடம் இரக்கம் என்பது இம்மியளவும் இல்லாமல் பேசிய அப்பாவின் முகத்தைப் பார்க்கவே பிடிக்கவில்லை தாரகனுக்கு.

ஆற்றங்கரை மணலில் உட்கார்ந்தபடி அடுத்து என்ன செய்யப் போகிறோம் என்று குழப்பத்தில் இருந்தவனை, ''ஏண்டா தாரகா, அம்மா வேணும்னு அடம் பிடிச்சு அழுது ஏங்கிப் போகிறாயாமே'' என்ற சிநேகிதி லதாவின் குரல் எழுப்பியது.

''பிள்ளைப் பாசம் பொங்கி வழியற மாதிரி நடிச்சு உனக்கு இரண்டாவது அம்மாவா என்னோட பெரிய அக்கா பானுவைக் கொண்டு வரப் போறார் உன் அப்பா. மூணு சீட்டுல பட்ட கடனைத் திருப்பித் தரவேண்டாம். கட்டின புடைவையோடு அனுப்பி வைச்சா போதும்னு சொன்னதும் அஞ்சுல ஒண்ணு குறையறது ஆதாயம் தான்னு எங்கக்காவை ஒரு வார்த்தை கூடக் கேட்காமல் எங்கப்பா தலை ஆட்டிட்டாரு'' தன்னோடு ஐந்தாவது வரை படித்த பலகாரக் கடை பாலு மாமாவின் மூன்றாவது பெண் லதா கண்கலங்கப் பொரிந்து தள்ளியதும் தன்னை ஏன் அப்பா மிகக் கரிசனமாக திருச்சியில் இருக்கும் அத்தை வீட்டுக்கு நான்கு நாட்கள் அனுப்பி வைத்தார் என்பதும் புரிந்தது.

மனம் எரிமலையாக வெடிக்க ராமையா தோட்டத்திற்கு ஓடினான். சீட்டாடிக் கொண்டிருந்தவரிடம், ''எனக்குப் பதினாறு வயசாகிறது. எனக்கு இனிமேல் அம்மா வேண்டாம். உங்கத் தேவைக்கு என்னை ஏன் காரணம் காட்டுறீங்க?'' அதிகப்படியான பேச்சுதான். ஆனால் ஆத்திரம் தாங்காது தாரகன் கேட்டுவிட்டான்.

''அதிகப்பிரசங்கி, அது என் இஷ்டம். வீட்டை விட்டு போடா நாயே'' என்று அப்பா கன்னத்தில் அறைய நிலை குலைந்து தெருவில் விழுந்தான் தாரகன்.

மாயவரத்தில் அப்போது நின்று கொண்டிருந்த ஏதோ ரயிலில் டிக்கெட் இல்லாமல் ஏறினான். இரண்டு நாள் பட்டினியில் மயங்கி விழ, ரயிலில் வந்த ஒரு குஜராத்திக் குடும்பம் தாரகனின் கதையைக் கேட்டு இரக்கப்பட்டது. ஏதோ ஓர் ஆஸ்ரமத்தில் கொண்டு சேர்த்தபோதுதான் தான் சூரத்தில் இருக்கிறோம் என்பதே தாரகனுக்குப் புரிந்தது.

எடுபிடி வேலையாளாகச் சேர்ந்த தாரகனின் கெட்டிக்காரத்தனத்தை ஒரே வாரத்தில் கண்டுகொண்டார் ஆஸ்ரம நிர்வாகி தாமோதரன். அவனது மேற்படிப்புக்கு ஏற்பாடு செய்தார். முதன் முதலாக ஒரு தந்தையின் பாசத்தையும் வழிநடத்துதலையும் தாமோதரனிடம் பெற்ற தாரகனுக்கு அவர் கடவுளாகவே தெரிந்தார்.

படிப்பு முடிந்து மல்ட்டி நேஷனல் கம்பெனி ஒன்றில் பெரிய வேலை கிடைத்தது. மற்ற நேரங்களில் தாமோதரனுடன் ஆஸ்ரமப் பொறுப்புகளில் முழு ஈடுபாட்டுடன் செயல்படத் தொடங்கினான் தாரகன்.

அம்மாவின் நினைவைத் தவிர மாயவரம் என்பது அவன் அளவில் முடிந்துபோன கதையாகத்தான் இருந்தது. அவன் பள்ளி நண்பன் ராகவனை ஏர்போர்ட்டில் சந்திக்கும் வரையில்.



501

உங்கள் பிள்ளைகளை, கம்ப்யூட்டர் கோர்ஸ் கற்றுக் கொள்ள அனுப்பும் முன், டைப்பிங்கில் ஸ்பீட் வரும் வரை கற்றுக் கொள்ளச் சொல்லுங்கள். கம்ப்யூட்டரில் கீ போர்ட்டைப் பண்ண, ஒரு விரலை வைத்துத் தட்டிக் கொண்டிராமல், நல்ல ஸ்பீட் கிடைக்கும். வெகு எளிதாக டைப் பண்ணலாம்.

- வி. விஜயராணி, திருப்பூர்.

வேண்டிய எடை - வேண்டும் உடலமைப்பு

எளிதில் குறைக்கலாமே எடையை...



''எடை குறையும்னு சொன்னாங்க. ஆனா எங்கே குறைஞ்சது?''

''அவங்க சொன்ன மாதிரி எடை குறைஞ்சது உண்மை. ஆனால் அங்கே போறதை நிறுத்தின கொஞ்ச நாளிலேயே மளமளன்னு எடை ஏறி மறுபடியும் பழைய மாதிரி ஆயிடுச்சு...''

-பிற எடைக் குறைப்பு நிலையங்களுக்குச் சென்று இப்படிப் பட்ட சோக அனுபவங்களுடன் திரும்பி வரும் பெண்களுக்கு நம்பிக்கை தருகிறது ஸ்லிம் அண்ட் கேர் நிறுவனம். அவர்கள் மேலும் கூறுவது:

★ வசதியான பதினான்கே வகுப்புகள். உங்களுக்கு வசதியான நேரத்தை தேர்ந்தெடுக்கலாம். எங்கள் வகுப்புகளில் சேர்ந்து நான்கைந்து நாட்களிலேயே ஒன்றிலிருந்து இரண்டு கிலோ குறைந்து விடும். கோர்ஸ் முடியும் போது எட்டிலிருந்து பதினைந்து கிலோ நிச்சயம் குறைந்திருக்கும். சேர்ந்த முதல் நாளின் முடிவிலேயே இடுப்பளவு ஒன்றரையிலிருந்து இரண்டரை இன்ச் குறைவதைக் காணலாம்.

★ கடினமான உடற்பயிற்சிகள் செய்ய வேண்டாம். வாக்கிங்கூட வேண்டாம். உணவுப் பழக்கத்திலும் முழுக்க மாறுதல் என்பது அவசியமில்லை.

★ இது எப்படி சாத்தியம்? நாங்கள் இறக்குமதி செய்துள்ள பல புதுமையான கருவிகளின் மூலம்தான்.

★ எடை குறையும்போது சில சமயம் தோல் ஆங்காங்கே தொய்ந்து போய் விகாரமாகக் காட்சி அளிக்கலாம். ஆனால் அப்படி ஆகாமல் நாங்கள் டைட்டனிங், டோனிங் ஆகியவற்றைச் செய்கிறோம். அதேசமயம் வயிறு, தொடை, பின்புறம் ஆகிய பகுதிகளில் எடை அதிகம் குறையுமாறு கருவிகளை இயக்குகிறோம்.

★ எங்கள் வகுப்புகளில் சேர்ந்தால் எங்கள் டயடீஷியன்கள் மற்றும் டாக்டர்களின் ஆலோசனைகளை இலவசமாகப் பெறலாம்.

★ உடலமைப்பு சரியில்லை என்பதால் சில பெண்களுக்கு கல்யாணம் தள்ளிப் போகும். அப்படிப்பட்டவர்களுக்கு எங்கள் வகுப்புகளில் சேர்ந்த கொஞ்ச நாட்களிலேயே திருமணம் நிச்சயமாகிறது. எங்கள் முயற்சியோடு கடவுளின் அருளும் இருப்பதால் இது சாத்தியமாகிறது. இந்த சென்டிமென்டைக் காரணம் காட்டியே திருமணமாகாத பெண்கள் பலரும் இங்கு சேருகிறார்கள்.

★ ஆனால் ஒன்றில் தெளிவு தேவை. சிலருக்கு முதலிலிருந்து எடை மகிழத் தக்க வகையில் குறையும். இன்னும் சிலருக்கு தொடக்கத்தில் குறைவாகவும், பிறகு படு வேகமாகவும் எடை குறையும். எப்படியிருந்தாலும் வகுப்புகளின் இறுதியில் திருப்திக்குப் பஞ்சமில்லை. எடை குறைந்த பிறகு உற்சாகமாக, ஆரோக்கியமாக, இளமையாக உணர்வது நிச்சயம்.

★ முக்கியமாக இழந்த எடை மீண்டும் கூடிவிடாமல் இருக்க சில எளிய பராமரிப்புக் குறிப்புகளைச் சொல்லிக் கொடுக்கிறோம். உணவில் தீவிர கட்டுப்பாடு என்றில்லாமல் எளிதான முறையில் கலோரிகளை எப்படி எரிப்பது என்பதற்கான குறிப்புகள் இவை.

★ ஃபேஸ் லிப்டிங் (முக அழகு) வகுப்புகளும் உண்டு. உடலுக்கு மணி மகுடம் என்பது முகம்தானே. அது மிகவும் குண்டாகவோ, சுருக்கங்கள் கொண்டதாகவோ இருந்தால் நன்றாகவா இருக்கும்? போதாக்குறைக்கு டபுள்-சின், சுருக்கங்கள் என்பவை மேலும் கவலை அளிக்கக் கூடியவை. ''ஃபேஸ் லிஃப்டிங்கிற்கான எங்களுடைய பத்து வகுப்புகளிலேயே ஆச்சரியமான விளைவுகளைப் பார்க்கலாம். நிறம் மேம்படுவதோடு முகத்தின் பாகங்களும் எடுப்பாகத் தோற்றமளிக்கும்'' என்கிறார் ரிஷிதா.



பொலிவு பெற விரும்பும் பெண்கள் தொடர்பு கொள்க:

ரிஷிதா ஸ்லிம் அண்ட் கேர் தி.நகர்



என் நண்பர் ஒருவரிடமிருந்து வரும் கடிதங்களில் காணப்படும் முதல் வரி "ஆண்டவன் அருளாலும், ஆங்கில, ஆயுர்வேத மருந்துகளாலும் அனைவரும் இங்கு நலம்."

- கே. சுசீலா, கும்பகோணம்.

''உங்கப்பா தலைக்கு மேல் கடனை வைச்சுட்டு, இப்ப மரணப் படுக்கையில இருக்காரு. உன் தம்பி, அதான் இளைய சம்சாரத்தோட பிள்ளை, பத்தாவது பரீட்சை எழுதிவிட்டு மேலே படிக்க வழி தெரியாது நிக்கறான். ரொம்பக் கஷ்டப்படறாங்கடா!'' என்று சொன்னபோது ஒரு கெட்டிக்கார மாணவனின் எதிர்காலம் முக்கியமாகப் பட்டது.

சுடச்சுட காப்பியுடன் வந்த பானுவிடம், தன்னுடைய பதினேழு வருட கடந்த காலக் கதையைச் சுருக்கமாகவும், தாமோதரனைப் பற்றி விரிவாகவும் சொன்னான்.

''அவசரச் செலவுகளுக்காக இந்த ஐம்பதாயிரத்தை வெச்சுக்கோங்க. தம்பியோட படிப்பை நான் கவனிச்சுக்கறேன். எதுக்கும் கவலைப்படாதீங்க!'' என்றபோது, ''பிள்ளைக்கு நன்றி சொன்னால் அந்நியமாகிவிடுவோம். அதனால் ஆண்டவனுக்கு நன்றி சொல்கிறேன்'' என்று சித்தி நெகிழ்ச்சியோடு சொன்னாள்.

விஷயம் தெரிந்து, ஓடி வந்த தம்பி தானு, தாரகனைக் கட்டிக் கொண்டான். ''உனக்கு தாமோதரன் சார் காட்ஃபாதரா கிடைச்ச மாதிரி, எனக்கு என் அண்ணாவே கிடைச்சுட்டார்'' என்று நெகிழ்ந்தபோது பதினேழு வருடங்களுக்கு முன் தான் அனுபவித்த தவிப்பை மீண்டும் உணர்ந்தான் தாரகன்.

மறுநாள் அப்பாவுக்குப் பேச்சு நின்று போய் நெஞ்சுக்கூடு எழும்பித் தணிந்த போது, அவரது கடைக்கண்களில் வழிந்த கண்ணீர் தாரகனை நிலைகுலைய வைத்தது. ''இந்த உலகத்திற்கு நீ வரக் காரணமானவர் உன் அப்பாதான்! இன்றைய உயர்வும், புகழும் அதன் காரணமாக வந்ததே'' என்று சொல்லி அவசர அவசியத்திற்கு உதவியாக இருக்கும் என்று ஒரு கணிசமான தொகையையும் கொடுத்தனுப்பிய தாமோதரன் நினைவும் வந்தது.

அப்பாவின் கடைசி மூச்சுக்கு டாக்டர் அதிகபட்சம் ஒரு மணி நேரம் என்று காலம் கணித்தபோது செல்ஃபோன் ஒலித்தது.

''தாமோதரனுக்கு மேசிவ் ஹார்ட் அட்டாக். நிலைமை மோசம் உடனே புறப்பட்டு வரவும்'' என்று ஆஸ்ரம கேஷியர் அழைப்பு விடுத்தபோது, ''தாரகா உங்கப்பாவின் காலம் ஆயாச்சு'' என்று விஷயம் சொல்ல தாரகனிடம் வந்தாள் சித்தி.

''சித்தி.. தாமோதரன் ஸாருக்கு கடுமையான ஹார்ட் அட்டாக் ஆயிடுச்சாம். என்னை உடனே வரச் சொல்றாங்க!'' என்றான் தயங்கியபடியே.

''இதுல குழம்புவதற்கு எதுவும் இல்லை. உன்னைப் பெற்றவன் காட்டத் தவறிய பாசத்தையும் பரிவையும் காட்டி, படிக்க வைச்சு உன்னை இத்தனை பெரிய மனுஷனாக்கிய தாமோதரன் சார்தான் உண்மையிலேயே தகப்பன் என்ற பெருமைக்குரியவர். அவரும் யாரும் இல்லாத தனி மனுஷர்னு சொன்னே. பெற்ற பிள்ளையாய்ப் போய் அவரைக் கவனி. நிலைமை வேறுவிதமானாலும் அவருடைய காரியத்தைச் செய்ய வேண்டியது உன்னுடைய கடமை. நன்றிக் கடன். நீ இப்ப வராமல் இருந்திருந்தால் தானு தானே எல்லாம் செய்திருப்பான். நீ உடனே கிளம்பு தாரகா'' சுற்றி நின்ற கூட்டத்தின் முணுமுணுப்பைப் பொருட்படுத்தாமல் சித்தி தீர்மானமாகச் சொன்னவுடன் தெளிந்த மனதுடன் ஏர்போட்டுக்கு விரைந்தான் தாரகன். ●



ஆண்கள் தங்கள் மனைவியிடம் எப்படி நடந்து கொள்கிறார்கள்?

திருமணமான புதிதில்	திருமணமாகி ஒரு வருடம் கழித்து	திருமணமாகி 5 வருடங்கள் கழித்து
''டார்லிங்! சீக்கிரம் வா. அத்தை 'லைன்'ல இருக்காங்க...''	''உங்கம்மா லைன்ல இருக்காங்க!''	''ஏய்.. உனக்குத்தான் ஃபோன்... வந்துத் தொலை...''
''உனக்காக உயிரையே குடுப்பேன்''	''இப்ப என்னதான் வேணும்கறே..?''	''ஏண்டி உயிரை எடுக்கறே...?''
''உன்கிட்ட எனக்கு ரொம்பப் பிடிச்சதே அந்த மௌனம்தான்...!''	''என்ன கேட்டாலும் 'உம்'முனு இருக்கியே. ஏதாவது பேசேன்...''	''ஏதாவது பேசித் தொலையேன். வாய்ல என்ன கொழுக்கட்டையா இருக்கு..?''
''உங்க அப்பா, அம்மா வந்துட்டுப் போய் ஒரு மாசம் ஆச்சே... வரச் சொல்லேன்...''	''மூணு மாசத்துக்கு முன்னாடிதானே வந்துட்டுப் போனாங்க. மறுபடியும் என்னவாம்...?''	''வருஷா வருஷம் வந்து ஒரு வாரம் டேரா போடறதே வேலையாப் போச்சு உங்கப்பா, அம்மாவுக்கு...''
''சேச்சே... ஆட்டோவெல்லாம் வேணாம்... டாக்ஸியிலேயே	''ஆட்டோ எதுக்கு...? டவுன் பஸ்லயே போகலாம்ல...''	''பெரிய ராயல் ஃபேமிலி... மகாராணி நடக்க மாட்டீங்களோ...?''

போயிடலாம்...''

''மூணு நாள் உன்னை எப்படிப் பிரிஞ்சிருக்கப் போறேனோ...?''

''இந்தச் சிரிப்புலதான் நான் மயங்கினதே... நீ எப்பவும் சிரிச்சுக்கிட்டே இருக்கணும்.''

''சே... இந்த ஆடி மாசம் வர்றதை நினைச்சாலே கவலையா இருக்கு. உன்னைப் பிரிஞ்சிருக்கணுமே... சீக்கிரம் திரும்பி வந்துருடா செல்லம்...

''ஒரு வாரம் நீ இல்லாதது அப்படி ஒண்ணும் கஷ்டமாத் தெரியல...''

''ஏண்டி எப்பப் பார்த்தாலும் பல்லைக் காட்டிக்கிட்டே இருக்கறே...?''

''சரி.. சரி.. லீவு வரப் போகுது. உங்க அம்மா வீட்டுக்குக் கிளம்பற வழியைப் பாரு...''

''ஒரு மாசம் நீ இல்லாம நிம்மதியா இருந்தேன்... மறுபடியும் உயிரை வாங்க வந்துட்டியா?''

''நீ என்ன லூஸா? லூஸுதான் எப்பப் பார்த்தாலும் சிரிச்சுக்கிட்டே இருக்கும்.''

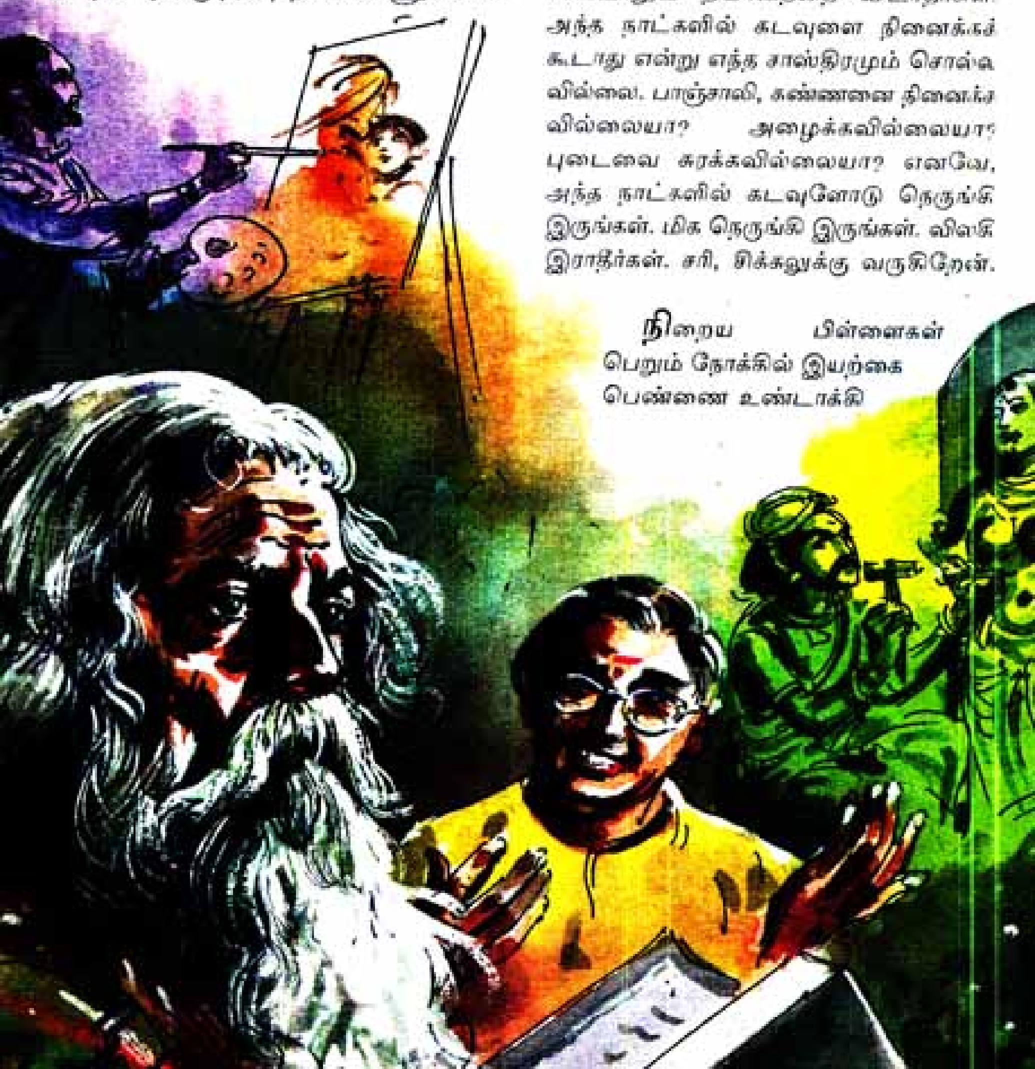
''சே... வருஷத்துல 12 மாசமும் வெகேஷனா இருந்தால் நல்லா இருக்கும்...''

- ஆர். பிரசன்னா, விழுப்புரம்.

இயற்கையானது, மாதந் தோறும் பெண்ணை, கருச்சுமப் புக்குத் தயார் செய்யும்போது, ஏற்படும் உடல்ரீதியான மாற்றங்களால், அவளுக்கு மன நிலையும் பாதிக்கிறது... என்று சொல்லிக் கொண்டிருந்தேன் அல்லவா? இந்தத் துயரத்தை வெல்ல அந்த 'மூன்று நாட்களில்' தியானம் பழகுங்கள் என்கிறேன். சங்கீதம் கேளுங்கள் என்கிறேன். காற்றாட உலா போய் வாருங்கள் என்கிறேன். நன்கு நீராடி நலம் பேணுங்கள்... பிடித்த உணவு வகைகள், பழவகைகள் உட்கொள்ளுங்கள் என்கிறேன். துக்கப் கொண்டாடாதீர்கள். சுகாதாரமற்ற நிலையில் அடைந்து கிடக்காதீர்கள். சுதந்திரமாக இருங்கள்.

மரபுகள் பேணும் வசதியும் வாய்ப்பும் உடைய குடும்பங்கள் என்றால் சமையலையும் பூஜையையும் தவிர்க்கலாம். மற்றபடி வெகு சாதாரணமாக இருங்கள். பூஜையை விட்டாலும் தியானத்தை விடாதீர்கள். அந்த நாட்களில் கடவுளை நினைக்கக் கூடாது என்று எந்த சாஸ்திரமும் சொல்லவில்லை. பாஞ்சாலி, கண்ணனை நினைக்கவில்லையா? அழைக்கவில்லையா? புடைவை சுரக்கவில்லையா? எனவே, அந்த நாட்களில் கடவுளோடு நெருங்கி இருங்கள். மிக நெருங்கி இருங்கள். விலகி இராதீர்கள். சரி, சிக்கலுக்கு வருகிறேன்.

நிறைய பிள்ளைகள் பெறும் நோக்கில் இயற்கை பெண்ணை உண்டாக்கி



இருக்கிறது என்பதையும், நாம் அதை எதிர்க்கிறோம் என்பதையும், ஆனால் அது தவிர்க்க முடியாதது என்பதையும், இந்த மாற்றம் நவீன கால வாழ்க்கை நிர்ப்பந்தம் என்பதையும், இது உங்கள் உடலையும் உள்ளத்தையும் பாதிக்கும் என்பதையும், அந்தப் பாதிப்பில் இருந்து மீள, உங்கள் மீது நீங்கள் அதிக அக்கறை காட்டுங்கள் என்பதையும் என் சகோதரிகளுக்குச் சொல்லி வைக்கிறேன்.

நிறைய பிள்ளைகள் பெறாமல் இயற்கையோடு இணைந்த குடும்பக் கட்டுப்பாட்டுத் திட்டம், தாய்ப்பால் தருதல் என்பதை உணருங்கள். தாராள மாகத் தாய்ப்பால் சுரக்க இயற்கை கொடுத் துள்ள எல்லா உபாயங்களையும் கையா ளுங்கள். தாய்ப்பால் சுரப்பதன் மூலம் அடுத்த குழந்தை கருத்தரிப்பைத் தள்ளிப் போட முடியும் என்கிற இயற்கை கொடுத் திருக்கும் இனிய சலுகையைப் பயன் படுத்துங்கள். என்ன சொன்னாலும் தாய்மை சுமையா? சுவையா? இந்தக் கேள்வி எழுந்து கொண்டேதான் இருக் கிறது.

சுகிசிவம்



பெண்ணே, நீ வாழ்க!





பிறந்த பிள்ளையின் நிலையிலிருந்து விலகி, பெற்றெடுத்த பெண்ணின் நிலைமையில் இருந்து தாய்மையைப் பற்றி யோசிப்போமா? தாய்மை எவ்வளவு சுமையோ அவ்வளவு சுவை. ஒரு சம்பவம் சொல்கிறேன். மதபோதகர் ஒருவர் மலைப் பிரசங்கத்தின் மகிமையை மலை உச்சியிலேயே சென்று விளக்குவேன் என்று அந்த ஊரில் இருந்த மலைக்கு மேலே நடந்தார்.

ஏழு வயதுச் சிறுமி ஒருத்தி ஏசுவின் ஆசியைத் தானும் தன் தம்பியும் பெற வேண்டும் என்கிற தவிப்பில் மூன்று வயதுத் தம்பியை இடுப்பில் இடுக்கிக் கொண்டு மலை ஏறினாள். மேலே வந்த போது அவளுக்கு மூச்சிறைத்தது.

பாதிரியாருக்கு அவளது செய்கை ஆச்சர்யம் அளித்தது. ''பாப்பா, நீ மலை ஏறுவதே கஷ்டம். இடுப்பில் இன்னொரு பாரமா?'' என்று இரங்கினார்.

''பாரமா? தம்பி எப்படி பாரமா இருக்க முடியும்? அவன் என் தம்பி இல்லியா?''

"தாய்க் கோழி நெஞ்சிலடித்துக்கொண்டு கக்கக்கென்று அலறிக்கொண்டு குறுக்கே பாயும் வேகத்தைக் கவனித்தது உண்டா?"



என்று பொரிந்து தள்ளினாள் சிறுமி. இதுவும் இன்னொரு மலைப் பிரசங்கம் தான். அவன் என் தம்பி என்கிற மந்திர மகிமையில் பாரம் பாரமே இல்லை என்கிறது பாப்பாவின் பிஞ்சு மனம். தம்பியே ஒரு பெண்ணுக்குக் கனக்காத போது பிள்ளை கனக்குமா என்ன? சுவையா? சுமையா? என்பதைப் பாசமல்லவா தீர்மானிக்கிறது. இன்னும் உள்நோக்கிப் பயணிப்போம். தாய்மை என்கிற ஓர் உயிரைப் படைத்தளிக்கும் பெண்ணின் ஒற்றை ஆற்றலுக்கு முன் உலகின் சகல ஆண்களின் சகல திறமைகளும் நிற்க முடியாது என்றே நினைக்கிறேன். ஏன்?

தயக்கமின்றி ஒப்புக்கொள்கிறேன். பெண் ஆணைவிட இந்த ஒரு கோணத்தில் மிக மிக மேலானவள். உலகின் பெருவாரியான கவிஞர்கள், ஓவியர்கள், சிற்பிகள், கலைஞர்கள் ஆண்களாகவே இருக்கும் காரணம் என்ன தெரியுமா? திறமை... பெருந்திறமை... என்று நீங்கள் கருதினால் ஏமாந்து போவீர்கள்... பெருவாரியான கலைஞர்கள் ஆண்களாக இருப்பதன் உண்மைக் காரணம் ஆண்களது தாழ்வு மனப்பான்மை... தாழ்வு மனப்பான்மை உள்ளவர்கள் தங்களை உயர்வாகக் காட்டிக் கொள்ள செய்யும் விதவிதமான முயற்சிகளே படைப்புகள்.

ஆம். ஒரு சிற்பி எத்தனை அழகான உயிர் ததும்பும் சிலை வடித்தாலும் அதற்கு நிஜமான உயிர் இல்லையே... ஓவியன் உயிரையே கொடுத்து வரைந்தாலும் அந்த ஓவியத்தில் அசைவு இல்லையே... அதிர்வும் நறுமணமும் இல்லையே... ஆனால், பெண்ணின் படைப்பில் உயிர்ப்பு, அசைவு, நறுமணம் எல்லாம் இருக்கிறதே. எத்தனை படைப்பாற்றல் மிக்க கலைஞனும் ஒரு பெண்ணின் உயிர்த்துடிப்புடைய படைப்பாற்றலுக்கு முன் தோற்றுப் போகி

கடவுளுக்குச் செய்யப்படுகிற அபிஷேகத் தீர்த்தத்தைவிட உழைப்பாளியின் மீது இருக்கிற வியர்வைத் துளிகள் புனிதமானவை.

- குன்றக்குடி அடிகளார்.

தகவல் : கே. ராஜேந்திரன், திருவண்ணாமலை மாவட்டம்.

நான் என்பதே என் கருத்து. அவள் படைப்பு ஓர் புத்தம் புதிய உயிர். ஆம். பெண் படைப்பின் மூலம் தன் நிறைவை வெளிப்படுத்துகிறாள். ஆனால், ஆண் தன் ஒவ்வொரு படைப்பு மூலமும் தன் குறையைப் புலப்படுத்துகிறான்.

ரபீந்திரநாத் தாகூர் இரண்டு நாடுகளுக்கு தேசிய கீதம் தந்தவர். ஆறாயிரம் கவிதைகள் பொழிந்தவர். அவர் கவிதைகளைப் பாராட்டி ஒருவர் புகழ்ந்தபோது, ''ஆறாயிரம் கவிதைகள் அல்ல... அவை ஆறாயிரம் தோல்விகள்'' என்றார். அடக்கம் என்று பொருள் இல்லை. அவர் சொன்ன விளக்கம் முக்கியம். ''ஏதோ ஒன்றைச் சொல்ல நினைக்கிறேன் கவிதை பிறக்கிறது. ஆனால் நினைத்ததைச் சரியாகச் சொல்லி முடித்த திருப்தி இல்லை. ஏக்கம் வாட்டுகிறது. அதனால்தான் மீண்டும் மீண்டும் சொல்ல முயற்சி செய்கிறேன்... அவை மறுபடி கவிதைகள் ஆகின்றன. எனவே என் கவிதைகள் ஆறாயிரம் முறை நான் தோற்றதற்கான அடையாளங்கள்'' என்றார். எத்தனை பெரிய செய்தி இது. ஒரு பெண்ணின் உயிர்த்துடிப்புள்ள படைப்பின் முன் ஆண்களின் சகல கலை இலக்கியப் படைப்புகளும் தோற்றுவிடுகின்றன.

'பேசும் பொற்சித்திரமே' என்கிற பாரதி வரிகளில் எவ்வளவுதான் நீங்கள் லயித்தாலும் அப்பா என்று அடிவயிற்றில் இருந்து அழைக்கும் பிஞ்சுப் பிள்ளைகளின் ஒலிச் சுருளுக்கு அது ஈடாகுமா? பரந்தாமனே பக்கத்தில் வந்து காதில் கிசுகிசுக்கையில் பக்கம் பக்கமாகப் பகவத் கீதை படிக்க நமக்கென்ன பைத்தியமா? ஒரு பெண்ணின் உயிர்த்துடிப்பான நிஜமான படைப்பை ஓரளவாவது எட்டிப்பிடிக்கும் ஆசையில்தான் ஆண்கள் பல்வேறு படைப்புகளை ஏற்படுத்துகிறார்கள். புராணத்தில்தான் பிரம்மன் என்கிற ஆண் உயிரைப் படைக்கிறான். சரஸ்வதி இலக்கியம் படைக்கிறாள். நிஜத்தில் ஆண் இலக்கியம் படைக்கிறான். பெண் உயிரைப் படைக்கிறாள். தாய்மையைப் பற்றி இப்படிச் சொல்லலாம்.

புகைப்படக் கலையில் ஓர் ஆச்சரியம் புதைந்திருக்கிறது. ஒருவர் எல்லாக் கோணங்களிலும் அசிங்கமாக இருக்கவே முடியாது. ஏதோ ஒரு கோணத்தில் ஒவ்வொருவரும் கண்டிப்பாக அழகாகவே இருந்து தீர வேண்டும். அந்தக் கோணத்தை வெற்றிகரமான புகைப்படக் கலைஞர் எப்படியாவது கண்டுபிடித்துவிடுவார். அதுபோல தாய்மை என்ற கோணத்தில் உலகின் எல்லாப் பெண்களுமே அழகாகி விடுகிறார்கள். ஒன்றிரண்டு விதிவிலக்குகள் இருக்கலாம்.

சாதாரண நிலையில் பலமற்றவளாகக் காணப்படும் பெண்கள், தாய் என்ற கோணத்தில் பலமுடையவளாகி விடுகிறாள். இது ஓர் உன்னதம் இல்லையா? கரப்பான் பூச்சியைக் கண்டால் பயப்படும் பெண்மணி, தன் குழந்தை அருகே தேள் ஓடும்போது தேளைக் கையால் பிடித்துத் தூக்கி எறிகிறாளே... இந்த பயம் கடந்த பலம் தாய்க்கு எங்கிருந்து வருகிறது? கோழி பலமா? பருந்து பலமா? நிச்சயம் பருந்துதான் பலம். ஆனால், கோழிக் குஞ்சுகளைக் கபளீகரம் செய்ய பருந்து தரையிறங்கும்போது தாய்க் கோழி நெஞ்சிலடித்துக்கொண்டு கக்கக்கென்று அலறிக் கொண்டு குறுக்கே பாயும் வேகத்தைக் கவனித்தது உண்டா? மனோவேகம்... வாயு வேகம்... என்பார்கள்... அதையெல்லாம் தாண்டிய 'தாய்மையின் ரட்சக வேகம்' அதிசய வேகம் பிறக்கிறதே! அந்த வேகத்துக்கு ஏதும் ஈடுஉண்டா? இணை உண்டா?

(தொடரும்)



பௌர்ணமி அன்று, முழு நிலவு பிரதிபலிக்கிறது. இவருக்கு ஐயனார் காவல் தெய்வமாக இருக்கிறார்.

● சோட்டாணிக்கரை பகவதி அம்மனுக்கு காலையில் வெள்ளை ஆடை அணிவித்து

சக்தி விசேஷம்!

சரஸ்வதியாகவும், மதியம் சிவப்பு ஆடை அணிவித்து லட்சுமியாகவும், மாலையில் நீல ஆடை அணிவித்து துர்க்கையாகவும் வழிபடுகிறார்கள்.

● திருச்சியில் உள்ள வெக்காளியம்மனுக்கு மேற்கூரையே கிடையாது.

● திருச்சி சமயபுரம் மாரியம்மனுக்கு தைப்பூச விழாவின்போது, தனது அண்ணன் ஸ்ரீரங்கப் பெருமாள் கோயிலிலிருந்து சீர் வரிசை, ஆடைகள் வருகின்றன.

● திருநெல்வேலிக்கு அருகில் உள்ள கங்கைகொண்டான் என்ற ஊருக்கு அருகே உள்ள பராஞ்சேரி என்ற ஊரில், துர்க்கை பள்ளிகொண்ட கோலத்தில் அருள் தருகிறாள்.

● திருவானைக்கோயிலில் அன்னை அகிலாண்டேஸ்வரி ஒரு காதில் இரண்டு கம்மல்கள் அணிந்துள்ளாள். ஒன்று சிவச்சக்கரம் - மற்றொன்று ஸ்ரீசக்கரம்.

● திருமணஞ்சேரியில் அம்மன் உட்கார்ந்த நிலையில் காட்சி தருகிறாள். திருமீயச்சூரில் லலிதாம்பிகையும் உட்கார்ந்த நிலையில் காட்சி தருகிறாள்.

● காரைக்கால் அருகே உள்ள குருமலைராயன் பட்டினம் என்ற ஊரில் 'ஆயிரம் காளியம்மன்' ஐந்து ஆண்டுகளுக்கு ஒரு முறைதான் பக்தர்களுக்கு தரிசனம் தருகிறாள். மற்ற நாட்களில் அம்மன் இருக்கும் பேழைக்குத்தான் வழிபாடு.

(அறிந்த கோயில்கள் அறியாத தகவல்கள் நூலிலிருந்து)

- லட்சுமி சிவம், புரசைவாக்கம்.

● தமிழ்நாட்டில் உள்ள சக்தி பீடங்கள் 7. அவை - காஞ்சிபுரம் - மதுரை - திருவானைக்கா - திருக்குற்றாலம் - திருவாரூர் - கன்னியாகுமரி - அம்பத்தூர்.

● பொள்ளாச்சி அருகே உள்ள ஆனைமலையில் மாசாணி அம்மன் 30 அடி நீளத்தில் சயனக்கோலத்தில் காட்சி தருகிறாள்.

● கொல்லிடத்தில் புலி மேல் அமர்ந்த அம்மன் பெயர் புலீஸ்வரி.

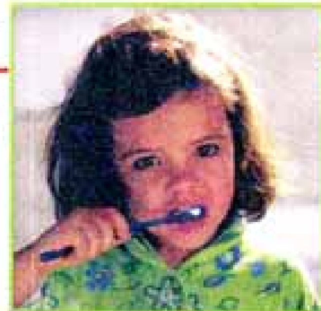
● திருநெல்வேலியில் உள்ள காந்திமதி அம்மனுக்கு வளை காப்பு உற்சவம் நடைபெறுகிறது.

● திருநாகேஸ்வரத்தில் அம்மனின் சிரசில், கார்த்திகை மாதம்



தினமும் பலவித பல்பொடி மூலம் நாம் பல் விளக்குவோம். வாரம் ஒருநாள் தூள் உப்பு மூலம் பல் விளக்கினால், பல்லும் ஆரோக்கியம் பெறும்; வாய் நாற்றமும் குறையும்.

- சி. சுரேஷ்,
திருச்சிற்றம்பலம்.



கரண்ட் கட் ஆகிவிட்டால்...

இரவில் கரண்ட் கட் ஆகிவிட்டால், டார்ச் லைட்டை ஆன் செய்து அறையின் மேற்கூரையை (சீலிங்) பார்த்தபடி வைத்தால், அறை முழுவதும் வெளிச்சமாக இருக்கும்.

- ஒய். ஆர்த்தி, ஈரோடு.



அடர்த்தியான ஜரிகை முந்தி மற்றும் அதிக கை (அ) மெஷின் வேலைப் பாடுள்ள முந்தானைகளை நூல் (அ) ஜரிகை இழுத்துவிடாமல் பாதுகாக்க இப்பொழுது கலர் கலராக வலை விற்கின்றது. (கொசுவலை போல் மிகவும் மெலிதாக இருக்கும்) அதை முந்தியின் பின்புறத்தில் வைத்துத் தைத்துவிட்டால் புடைவை முந்தானை பத்திரமாக இருக்கும்.

- கே. சித்ரா, சேலம்.



டிபன் காரியர் பாத்திரங்களில் நம்பர் 1, 2, 3 எனப் போட்டால், காலை நேர டென்ஷன் மிச்சமாகும்.

- ஏ. வாராகி, திருவத்திபுரம்.

வீடுகளில் ஆணி அடிப்பதற்குப் பதிலாக, நெருப்பில் காட்டி ஒட்டப்படும் மெழுகு தடவிய பிளாஸ்டிக் ஹூக்கு களைப் பயன்படுத்தினால் பார்ப்பதற்கு நன்றாக இருக்கும்!

- எல். மோஹனசுந்தரி கோபி,
கிருஷ்ணகிரி - 2.



குழந்தைகள் பள்ளியிலிருந்து வந்தவு டன் உடை மாற்றச் சொல்லும் நாம் உள்ளாடைகளை மாற்றச் சொல்வதே இல்லை. கட்டாயம் [குளிக்க வைத்து] உள்ளாடைகளையும் மாற்றச் சொல்வது ஆரோக்கியத்துக்கு வழிகாட்டும்.

- நளினி ஜெயபால்,
மொடக்குறிச்சி.



கைகளில் வளையல் போடுவதற்குச் சிரமமாக இருந்தால், கைகளைப் பிளாஸ்டிக் கவரில் நுழைத்துக்கொண்டு பிறகு வளையலைப் போட சுலபமாக வரும்.

- வே. சித்ரா, கும்மிடிப்பூண்டி.

சே. சுப்புலக்ஷ்மி, பவானி.

கர்னாடக சங்கீதத்தில் உங்களுக்கு இருக்கும் ரசனை போற்றத்தக்கது. எனக்கு ஒரு சந்தேகம். நமது இசைக் கலைஞர்கள் தமிழ், தெலுங்கு, கன்னடம், வடமொழி ஏன் இந்திப் படங்களைக் கூட பாடுகிறார்கள். ஆனால் யாரும் மலையாளப் பாடல்கள் எதுவும் பாடுவதில்லையே... ஏன்?

அந்தக் காலத்தில், மலையாளமும் தமிழும் இணைந்த சேரநாடு என்றிருந்ததே தவிர, இன்றைய 'கேரளா' இருக்கவில்லை. மலையாளத்தைத் தாய்மொழியாகக் கொண்ட சுவாதித் திருநாள், இரையம்மன் தம்பி, வல்லத்தோள் போன்றவர்களும், அதிகமாக சமஸ்கிருதத்தில்தான் பாடினார்கள். ஆதிசங்கர், நாராயண பட்டாத்திரியும் சமஸ்கிருதத்திலேயே தெய்விகப் பாடல்களை இசைத்தனர். மலையாள மொழியைத் தவிர்த்ததற்கு முக்கியக் காரணம் அதன் சிறப்பு கட்டமைப்பு.. அந்த மொழிக்கே உரிய வல்லின, மெல்லின சமாச்சாரங்கள் வாக்கேயக்காரர்களுக்குப் பெரிதும் உதவாமல் போயிருக்கலாம். அதனால் மலையாளப் பாடல்கள் மிகக் குறைவே! இருக்கும் சிலவற்றையும் சில இசைக் கலைஞர்கள் துக்கடாவாகவே பாடுகிறார்கள்!

இதே கேள்வியை, பல இசைக் கலைஞர்களிடம் கேட்டபோது, 'உச்சரிப்புப் பிரச்னை'யைதான் முதலில் சொல்கிறார்கள். அது சரி, மலையாள உச்சரிப்புப் பிரச்னை வராத கே.ஜே. யேசுதாஸ், உன்னிகிருஷ்ணன் போன்றோர் பாடலாமே!

இன்னொரு விஷயம் தெரியுமோ?

மெட்டு, தாளம், வார்த்தையின் நீட்டல், உச்சரிப்பு லாகவம் போன்ற எல்லாவற்றுக்கும் வாக்கேயக்காரர்களுக்கு மிகவும் உகந்த மொழியாக இருப்பது தெலுங்குதானாம்! சுந்தரத் தெலுங்கினில் பாட்டிசைத்து.. [தாங்க்ஸ் பாரதி!]

வசுமதி கண்ணன், அம்பத்தூர்.

திருமாலின் தசாவதாரத்தில் தங்கள் கருத்தில் நின்ற அவதாரம் எது?

'பூர்ணாவதாரம்' என்று சொல்லப்படும் ஸ்ரீ கிருஷ்ண அவதாரம்தான்! 'குறையில்லாத கோவிந்தா!' என்று ஸ்ரீ ஆண்டாளே சர்டிஃபிகேட் கொடுத்துக் கொண்டாடி விட்டாளே!

சே. சிவபிரகாசம், நெல்லை - 2.



பூனையை எங்காவது கண் காணாத இடத்தில் கொண்டு போய் விட்டாலும், திரும்பவும் நம்ப வீட்டுக்கே வந்து விடுகிறதே... அதெப்படி?

நம் வீடு இருக்கும் இடத்தின் அமைப்பு, பூனைகளின் மூளையில் ஒளிப்படமாக மட்டுமல்லாது ஒலிப்படமாகவும் பதிவாகிறது. உங்க



-அனுஷா நடராஜன்

வீட்டுக்குப் பக்கத்தில் ஒரு மாவரைக்கும் மிஷினோ, ரயில்வே ஸ்டேஷனோ இருக்கிறது என்றால் அந்தச் சத்தத்தை வைத்து, உங்க வீட்டை அது கலபமாகக் கண்டுகொள்ளும். சில சமயம் மோப்பத்தாலும், உள்ளுணர்வாலும் கூட அறிந்து கொள்கிறது.

பூனையின் மீசை சும்மா அழகுக்குன்னு நினைச்சீங்கன்னா அது தப்பு! அது ரேடார் போலச் செயல்பட்டு,



துல்லியமான ஒலியைக் கூட பூனை அறிந்து கொள்ள உதவுகிறது.

சிவமதி. ராஜ கிருஷ்ணன், மேட்டூர்.

தாமரை முகம், மீன் கண்கள், ஆப்பிள் கன்னங்கள், வில் புருவங்கள், முத்துப் பற்கள், சங்குக் கழுத்து என்றெல்லாம் வர்ணிக்கிறார்களே... அப்படியே



தத்ரூபமாகப் பெண்கள் பிறந்து விட்டால்...

ஆண்கள் எல்லோரும் விவேகானந்தரே!

லக்ஷ்மி ஸ்ரீனி வாசன், சென்னை - 34.

மலையாளம் ஏன் இல்லை?

சாமியார்கள் இப்படியெல்லாம் மோசடி செய்வது, இந்து மதத்துக்குக் களங்கம்தானே?

பீர் சாமியார், சுருட்டு சாமியார் இவர்களெல்லாம் மதங்களின் குறியீடுகள் அல்ல... மனித பலவீனங்களைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளும் வியாபாரிகள். ஞானத்தைத் தேடுவதாகச் சொல்லி அட்டூழியம் செய்யும் சாமியார்கள் ஹைடெக் நாடுகளிலும் எல்லா மதங்களிலும் இருக்கத்தான் செய்கிறார்கள். இவர்களால் மதங்களுக்குக் களங்கமில்லை. இவர்களைக் கடவுள் என நம்பி மோசம் போகும் பக்தர்களுக்குத்தான் களங்கம், நஷ்டம், மனஉளைச்சல் எல்லாமே!

எஸ். விஜயராணி, ஓசூர் - 2.

இது காதலர் தினச் சிறப்புக் கேள்வி... அனுஷாவுக்குப் பிடித்த காதல் படங்கள் யாவை?

கல்யாணப் பரிசு, தில்லானா மோகனாம்பாள்,

ரூ.150 பரிசு பெறும் பெட்டிக் கதை



"பயமா இருக்கு!"

''கார்த்திக் கண்ணா... நீ சமத்துல்ல? பாட்டி உனக்குக் கதை சொல்வேனாம். நீ 'ம்' கொட்டிக்கிட்டே சாப்டுவியாம்''

உற்சாகமாய்த் தலையாட்டியது குழந்தை.

சின்னக் குழந்தை பயப்பட்டுவிடக் கூடாது என்பதற்காக சில விஷயங்களைத் தவிர்த்துக் கதை சொன்னாள் லட்சுமி பாட்டி. ஓர் ஊர்ல ஒரு கறும்பூதம். கோழி முட்டை சைசுக்கு கண்ணு. நாக்கு ஒரு அடி நீளம். தினம் ஒரு காட்டு மனுஷனை நகத்தால குத்திக் கிழிச்சி சாப்பிடுமாம். லட்சுமி சொல்லச் சொல்ல அவளையே கண் கொட்டாமல் பார்த்துக் கொண்டிருந் தான் கார்த்திக்.

''ஏண்டா செல்லம், பயமா இருக்கா?''

''போரடிக்குது பாட்டி. இருங்க ஒரு நிமிஷம்'' என்று அருகில் இருந்த டீ.வி.யைப் போட்டான். அதில் தலைமுழுக்க கைகள் முளைத்த ஜந்து ஒன்று பூதாகரமாய் நடந்து வந்தது. அதன் வாயில் ஏதோ வழவழப்பான திரவம் வழிந்தது. முகத்தில் நிறைய கொப்புளங்கள்...

''கார்த்திக் டீ.வி.யை நிறுத்துடா.''

''ஏன் பாட்டி?''

''பயமா இருக்குடா'' என்றாள் லட்சுமி பாட்டி.

- கே.கோமளா, சென்னை - 93

மரோசரித்ரா, வாழ்வே மாயம், ஜானி, அலைகள் ஓய்வதில்லை, காதல் கோட்டை, அலைபாயுதே, மின்னலே, கிளிஞ்சல்கள், ஒரு தலை ராகம், அந்த 7 நாட்கள், காதலன், ராஜபார்வை... காதல் இப்படிச் சொல்லிக் கொண்டே போக லாம்... ஆனால் டைட்டானிக்தான் பிரமிக்க வைத்த காதல் படம்!

காதலர்களுக்கு கடல் போல சோதனை கள் வரலாம். ஆனால் கடலே சோதனை யாக வந்தால்... [இந்த வரிகளை மட்டும் 'தங்கப்பதக்கம்' பிரமிளா பாணியில் படிக்கவும்].

எஸ். ராஜலக்ஷ்மி, ஹைதராபாத்.

சமீபத்தில் உங்கள் அலுவலகத்தில் நடந்த தமாஷ் எது?

எழுத்தாளர் நண்பர் ஒருவர் வந்திருந் தார். ''இவ்வளவு வேலைகளுக்கிடையே, விஸிட்டர்களையும் பார்க்கிறீங்களே... யாராவது ஆர்வக்கோளாறால் அறுத்துத் தள்ளினால், உங்க வேலை அல்லவா கெடும்?'' என்று அனுதாபப்பட்டார்.

நான் சும்மா 'ஹி..ஹி' னு சமாளித் திருக்கக் கூடாதா? ''கஷ்டம்தான்! வந்த ஆசாமியை உடனே கிளப்பப் பார்ப்பேன். ஒருவேளை அவர் கட்டை போடுவதைத் தொடர்ந்தால் என் உதவியாளருக்குச் சைகையால் தெரிவிப்பேன். அவர் அடுத்த நிமிஷம் வந்து, ''மேடம்.. ஃபார்ம் ஓகே பண்ணணும்னோ, எம்.டி. உங்களைப் பேசச் சொன்னாங்க!'' என்றோ குரலில் அவசரம் காட்டுவார். வந்த ஆசாமி, வேறு வழியில்லாமல் கிளம்பிடுவார்னு'' நான் சொல்லி முடிக்கவும்... கண்ணாடிக் கதவைத் திறந்து கொண்டு வந்து, ''மேடம்.. ஃபார்ம் ஓகே பண்ணணு மாம்...'' என்று உண்மையிலேயே வந்து நின்றார் என் உதவியாளர்.

ஜி.எஸ். மீனாக்ஷி, மதுரை.

பெண் என்பவள் ஓர் அழகான ஓவியம் என்கிறார்களே.. அப்படியானால் ஆண் என்பவன் அந்த ஓவியத்தை வரைந்தவனா? வாங்குபவனா? ரசிப்பவனா? விற்பவனா?

அந்த ஓவியத்தைச் சரியாகப் புரிந்து கொள்ளாதவன்!

அந்த காலத்தில் தம்மைச் சுற்றி விளைந்த மலர், தழைகளைக் கொண்டே ஆரோக்கியமான வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொண்டனர்.

எளிமைக்கு எளிமை...பலனுக்குப் பலன்... ஆஹா!

ஆல இலை நடனம்!

மந்தார இலை : மந்தார மரம் வேத சக்திகள் நிறைந்தது. சிறந்த மூலிகை விருட்சம். ஆலயங்களில் மந்தார இலையில் பிரசாதம் வழங்கப்படுவதைக் காண லாம். முன்காலத்தில் மந்தார இலையில் ஆடைகள் தைத்து அணிவார்களாம். மந்தார இலையில் உணவு உண்பது மிக வும் நல்லது. மந்தார இலையில் சிறிய பாய் போலத் தைத்து அதில் அமர்ந்து தியானம், பூஜை கள் செய்தால் விசேஷமான யோக சக்திகள் கிடைக் கும்.

எள்: எள் அற்புதமான வேத சக்திகளைக் கொண் டது. ஒரு சிறு எள் மணியில் ஏகப்பட்ட விஷயங்கள் அடங்கியுள்ளன. எத்தகைய பேரழிவுகள் ஏற்பட் டாலும் எள்ளானது சிதைவுறாது. எள்ளை 'திலவனுத்திரன்' என்பர். ஆன்மிக சக்திகள் நிறைந்த எள் எண் ணெய் மட்டுமே இறை வனுக்குத் தைலக் காப்பு செய்வதற்கு ஏற்றது. எள் உஷ்ண மான பொருள். அதுவே எண்ணெயானதும் மிகுந்த குளிர்ச்சி தரக்கூடியதாக மாறி விடுகிறது. முன்னோர்களுக்கு தர்ப்பணம் போன்ற சடங்குகள் செய்வதில் எள் முக்கியமாகப்



பயன்படுத்தப்படுகிறது.

மூலிகைகள்: தினம்தோறும் மூன்று வகை மூலிகைகளாவது நம் வயிற்றுக்குள் செல்லும்படிப் பார்த்துக் கொண்டால், எந்த நோயுமின்றி ஆரோக்கியமாக வாழலாம். புதினா, கொத்துமல்லி, கறிவேப்பிலை, துளசி, வில்வம் - இவற்றில் ஏதாவது ஒன்றாவது சாப்பிடுவது நல்லது.

ஆல இலை : வாழை, பப்பாளி என்று பெரிய பெரிய இலைகளைக் கொண்ட மரங்கள் இருக்கின்றன. ஆல இலையை நாம் சிறிய வடிவில்தான் பார்த்திருக்கிறோம். ஆனால், ஐந்தடி நீளம் ஐந்தடி அகலம் கொண்ட ஆல இலை இருக்கிறது. பிரம்மாண்டமான இந்த ஆல இலையில்தான் நடராஜப் பெருமான் ஆலகால நடனம் ஆடினார் என்பார்கள். ஆலிலை கிருஷ்ணர் என்கிறோமே அந்த ஆலிலையும் இதுதான்! இந்த இலை ராஜஆலம் என அழைக்கப்படுகிறது.



தாமரை : நீரில் மலரும் தாமரையை நாம் அறிவோம். நமக்குப் பலவிதமாகப் பயன் தரும் அழகான இந்த தாமரை, செந்தாமரை, வெண் தாமரை எனப்படும். கொத்துக் கொத்தாய் வேரோடு காணப்படுவது ஆகாயத் தாமரை எனப்படுகிறது.

கல் தாமரை என்று ஒரு வகை உண்டு. மலைகளின் இடுக்கில் உற்பத்தியாகும் இதன் இலைகள் 1 ரூபாய் நாணயம் போல வட்டமாக இருக்கும். இதில் மலர் கிடையாது. இலையைப் பறித்து உலர்த்திய பிறகும் பொடியாகச் செய்து வைத்தாலும் சிறிது நீர் பட்டு விட்டால் போதும், பச்சை நிறம் திரும்பி புதியது போலாகி விடும். இது ஒரு அரிய மூலிகை. வெண் தாமரைப் பூவை கஷாயம் போலச் செய்து 48 நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால், இதய நோய் கள் எதுவாக இருந்தாலும் முற்றிலும் நீங்கிவிடும். செந் தாமரைப் பூ மூல நோய்க்குச் சிறந்த மருந்து.

தும்பை : இட்லி, சோறு போன்றவற்றின் நிறத்துக்கு தும்பைப் பூவைத்தான் உதாரணமாகச் சொல்வோம். தும்பைச் செடி வீட்டிலிருந்தால் வாழ்க்கை எப்போதும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும் என்பார்கள். குழந்தைகளுக்கு வயிற்றில் வரும் பூச்சித் தொல்லைக்குச் சிறந்த மருந்து. கோரோசனை என்னும் மாத்திரையில் இந்தப் பூக்கள் சேர்க்கப் படுகின்றன. மிகுந்த மருத்துவக் குணம் கொண்ட தும்பையை நம் வீட்டில் தொட்டிகளில் கூட வளர்க்கலாம். இந்த மலரை விநாயகருக்குச் சாற்றினால் வேண்டும் வரம் தந்துவிடுவார்.

- மாலதி மணியன்,
பகாச்சேரி.

ஐரோப்பிய ஒளிமயமான சுற்றுலா - 2008

18 நாட்கள்
9 நாடுகள்

வெளிநாட்டு சுற்றுலாவுக்கு ஷலோம் ஒரு புதிய பாரம்பரியத்தை உருவாக்கியிருக்கிறது! ஒரு புதிய பரிமாணத்தைக் கொடுக்கிறது.

2007 மே மாதக் குழுவினர் பெற்ற பரவசமான, மனரம்மியமான அனுபவங்கள்!


மலர்க் கடிகாரம் - ஜெனீவா


மதுரோடேம் - ஹாலந்து

★ ஆங்கிலத்திலும், ஹிந்தியிலும் நடத்தப்படுகிற ஐரோப்பியச் சுற்றுலாவை 2006, 2007ம் ஆண்டுகளில் "ஷலோம்" ஆங்கிலத்திலும், தமிழிலும் வெற்றிகரமாக நடத்தியிருக்கிறது. ★ பயணக் கட்டணத்தில் கூட்டல், கழித்தல் இல்லை. "விருப்பமானால்" என்ற கட்டமே இல்லை. ★ பயணத்தில் "எதற்கும் பணம் கொடுக்க வேண்டியதிருக்குமோ?" என்ற அழுத்தம், பதட்டம், இல்லை. ★ இந்திய உணவு ★ வாகனத்தில் தமிழ் பாடல்கள்/நகைச்சுவை வீடியோ ★ தமிழக வழிகாட்டி தமிழில் தரும் செய்திகள் ★ ஒரு குடும்பப் பாங்கான சூழ்நிலை.

இவை அனைத்தும் உண்மையா? இதை நம்பலாமா?

1. 2007ஆம் ஆண்டு பங்குபெற்ற 32 அன்பர்களுடைய முகவரிகளைக் கேட்டுப் பெறுங்கள்.
2. ரூ.70/- செலுத்தி 2007 ஐரோப்பிய ஒளிமயமான சுற்றுலாவின் ஒளிநாடாவை (DVD) வாங்கிப் பாருங்கள்.
3. கட்டணப் பட்டியலைப் பெற்று ஒப்பிட்டுப் பாருங்கள்.
4. எங்களது இணைய தளத்தைப் பாருங்கள்.

ஐரோப்பியச் சுற்றுலாவில் பங்கு பெற விரும்புகிறீர்களா?

அனைத்துச் சேவைகளையும் உள்ளடக்கிய (சென்னையிலிருந்து புறப்பட்டு திரும்பி வரும் வரை எதற்கும் பணம் செலுத்தத் தேவையில்லாத) கண்ணாடி போன்ற கட்டணம்

நபருக்கு ரூ. **1,85,500/-** மட்டும்

① 26-04-2008 முதல் 13-05-2008 வரை
② 19-07-2008 முதல் 05-08-2008 வரை
③ 16-08-2008 முதல் 02-09-2008 வரை

"ஷலோம்" அழைத்துச் செல்லும் முக்கியமான (நுழைவுக்கட்டணம் உள்ள) இடங்கள்.

★ **இங்கிலாந்து: லண்டன்** - இரவட் மெழுகு உலகம், லண்டனின் கண்.
★ **பிரான்ஸ்: பாரீஸ்** - ஈபிள் கோபுரம் 3 வது நிலை, சீன் நதி படகு சவாரி, ஈரோ டிஸ்னி உலகம், "பாரீஸ்" மாலை உலா, வெர்சைல்ஸ் அரண்மனை.
★ **இத்தாலி: ரோம்** - கொலோசியம், டைம் எலிவேட்டர் **வெனிஸ்** - தூய மார்க் மையம், கொண்டோலா படகு சவாரி.
★ **வாடிகன்:** அருங்காட்சியகம், சிஸ்டைன் சிற்றாலயம்.
★ **சுவிட்சர்லாந்து:** ஜுங்ஃப்ரோ, மவுண்ட் டிட்லிஸ் மலைச் சிகரம், ட்ரும்மல்பாக் நீர் வீழ்ச்சி.
★ **ஆஸ்திரியா: வாட்டன்ஸ்** - ஸ்வரோவ்ஸ்கி படிக உலகம்.
★ **நெதர்லாந்து: ஆம்ஸ்டர்டாம்** - படகு சவாரி, டேம் மையம், குக்கின்ஹாஃப் / மதுரோடேம்
★ **ஜெர்மனி: கொலோன்** - தேவாலயம். **போபார்ட்** - ரைன் நதி படகு சவாரி.
★ **பெல்ஜியம்: பிரசல்ஸ்** - அட்டோமியம், மேனகின் சிலை, மகத்தான மையம்.



SHALOM TOURS & TRAVELS (ஷலோம் டூர்ஸ் & டிராவல்ஸ்)
16, (Old No.91), Arunachalam Street, Chintadripet, Chennai - 600 002.
Phone & Fax : (044) 2845 3655, 2845 3764, 2845 7671, 2845 5469.
Email: shalomtravels@yahoo.com Website: www.shalomtravels.com



தீக்குச்சியில் மருந்து குறைவாக இருப்பதால் சுவாமிக்கு விளக்கு ஏற்றும் போது, இரண்டு தீக்குச்சிகளை ஒரே தடவையில் உரசி ஏற்றலாம்.

- பானுமதி ராமதாஸ், தஞ்சாவூர் - 7.



செடிகள் நன்கு செழித்து வளர...

வீட்டில் வளர்க்கும் செடிகளுக்கு, செயற்கை உரம் போடுவதற்குப் பதில் காய்ந்த வேப்பிலைகளைப் போடலாம். செடி நன்கு செழித்து வளரும்.

- வி. விஜயாராணி, திருப்பூர்.



மிளகாய்ச் செடி பூக்கும் காலம் இது. ஒரு பூகூட வீணாகாமல் காயாக மாற, சிறிதளவு சர்க்கரைத் தண்ணீரைத் தெளியுங்கள். உடனே பூ பிஞ்சாகும்.

- ஏ. வாராகி, திருவத்திபுரம்.



வீட்டிலும், கோயிலிலும் மாவிளக்கு போடும் போது நடுவில் குழி குழித்து நெய் ஊற்றித் திரி போட்டு ஏற்றுவோம். அது தீய்ந்து எரிந்து வாசனை வரும். இனி வேண்டாம் அந்தக் கவலை. வாழைப்பழத் தோலைச் சதுரமாக வெட்டி, மாவிளக்கு நடுவில் வைத்து, நெய்யில் நன்றாக நனைத்த திரியைப் போட்டு ஏற்றினால், நின்று எரியும். தீய்ந்த வாசனையும் வராது.

- லலிதா நாராயண், அகமதாபாத்.

மஞ்சள், பச்சை, நீலம், ஏ.சி., தாழ் தளம் இதுபோன்ற சொகுசுப் பேருந்துகளைத் தவிர்த்து, சாதாரண பஸ்களின் எண்ணிக்கையை அதிகப்படுத்தினால், தாழ்ந்த, நடுத்தர பொதுமக்கள் அனைவருக்கும் உபயோகமாக இருக்குமே!

- கே.வி. மைத்ரேயி, சென்னை - 92.



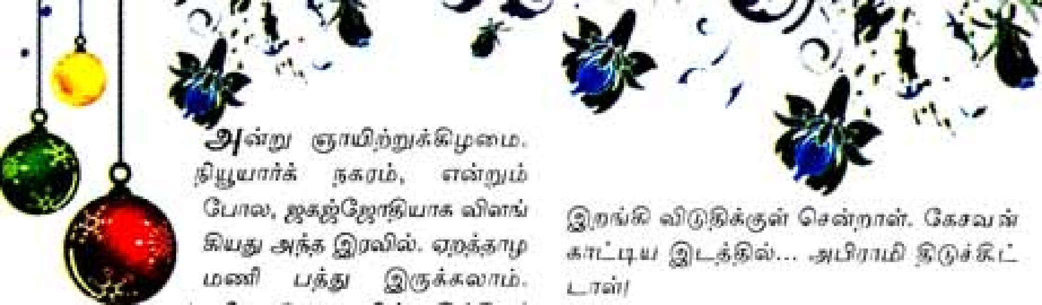
சமீபத்தில் சொந்தக்காரர் ஒருவரது சஷ்டியப்தபூர்த்திக்குச் சென்று வந்தோம். அவர் கொடுத்த பத்திரிகையில், அவருக்குத் திருமணமான அன்று எடுக்கப்பட்ட அம்மி மிதி புகைப்படத்தையும் (1978) போட்டிருந்தார். புதுமையாக இருந்தது.

- முத்யாலு ஸ்ரீனிவாசன், புழுதிவாக்கம்.



எட்டு வயது முதலே, குழந்தைகளைக் கடைக்கு அனுப்புங்கள். அப்போதுதான் அவர்களுக்கு விலைவாசி தெரியும்.

- ஆர். பார்வதி, அம்பத்தூர்.



இராப்பிச்சை

அன்று ஞாயிற்றுக்கிழமை. நியூயார்க் நகரம், என்றும் போல, ஜகஜ்ஜோதியாக விளங்கியது அந்த இரவில். ஏறக்தாழ மணி பத்து இருக்கலாம். 'மயிலாடுதுறையில்' இந்தியர்கள் கூட்டம் நிறைந்து காணப்பட்டது. இடையிடையே சில வெள்ளைக்காரர்களும் தமிழ்நாட்டுப் பலகாரமான இட்லி, உப்புமா, ஊத்தப்பம் இவற்றைச் சட்னி, சாம்பார் சுவையுடன் ரசித்துச் சாப்பிட்டுக் கொண்டிருந்தனர்.

'மயிலாடுதுறை ரெஸ்டாரண்ட்' அந்தச் சுற்று வட்டத்தில் பிரபலமான தமிழ் நாட்டு உணவு விடுதி.

கல்லாவில் அமர்ந்த அபிராமி பிஸியாக இருந்தாள்.

உணவு பரிமாறுபவர்களில், ஓடியாடி வாடிக்கையாளர்களைக் கவனிக்கும் கேசவன் கல்லாவை நோக்கி விரைந்து வந்தான்.

''மேடம், ஒரு தமிழ் ஆளு... சாப்பிட்டுட்டு பணம் இல்லேங்கறாரு... மூச்சுமுட்ட குடிச்சிருக்கார். பர்சைத் தொலைச்சிட்டாராம். ஆனா பொய் சொல்றதாத் தெரியுது. நாற்பது டாலர் பில், மேடம்...'' என்றார் கேசவன்.

''அப்படியா...? நான் வந்து பார்க்கறேன்...'' என்றபடி அபிராமி கல்லாவிலிருந்து இறங்கி விடுதிக்குள் சென்றாள். கேசவன் காட்டிய இடத்தில்... அபிராமி திடுக்கிட்டாள்!

வேகமாகக் கல்லாவுக்குத் திரும்பி வந்தாள். ''கேசவா, விட்டுடு... அவர் போகட்டும்...'' என்றாள்.

''என்ன மேடம், இதுமாதிரி ஆளுகளை சும்மா விடக் கூடாது...'' என்றான் கேசவன், சினத்துடன்.

''பரவாயில்லே, விடு... போகட்டும்...''



என்றபடி அந்த மனிதர் விடுதியை விட்டு வெளியே சென்றதைக் கூர்ந்து கவனித்தாள். தள்ளாடியபடி சென்று கொண்டிருந்தார் அவர்.

அபிராமியின் நெஞ்சத் திரையில், பழைய நாட்கள் நிழலாடின.

சபேசன் அபிராமியை அணைத்துக் கொண்டு நடந்தான். ''ஸ்வீட்டி, பிரமிப்பாயிருக்கா...? நியூயார்க் ரொம்பப் பெரிய, பிரம்மாண்டமான நகரம்...'' என்று அவளைத் தன்னுடலின் மீது இறுக்கியபடி கேட்டான்.

அபிராமிக்குக் கூச்சமாயிருந்தது.

ஜெயஸ்ரீ ராஜ் நினைவுச் சிறுகதைப் போட்டி-2007 ரூ.1000/- பரிசு பெறும் பிரசுரக் கதை

''அபிராமின்னு கூப்பிடுங்கோ... இல்லேன்னா, அபின்னு வேணுமின்னாலும் கூப்பிடுங்கோ... அதென்ன 'ஸ்வீட்டி'? எனக்குப் பிடிக்கலே!'' என்று சிணுங்கினாள் அவள்.



ஆர்.கீதா

''அடடே, உனக்குப் பிடிக்கலியா? இந்த வெள்ளைக்கார ஊரிலே மனைவியை அப்படித்தான் கூப்பிடற வழக்கம். சரி... உன் இஷ்டப்படி இனிமே அபின்னே கூப்பிடறேன்...''

அபிராமியும், சபேசனும் விமான நிலையத்துக்கு வெளியே வந்தனர். சபேசன் வேலை செய்யும் நிறுவனத்தின் பெரிய கார் அவர்களுக்காகத் தயாராக நின்றது.

''ஏன்னா..? இத்தனை பெரிய கார் உங்களுதா?'' அபிராமி வியப்புடன் கேட்டாள்.

''ஆமா... இது எனக்கு எங்க கம்பெனி கொடுத்திருக்கற கார். இங்கே பெரிய கார்கள் ரொம்ப சகஜம்...'' அபிராமியின் தோளில் கையைப் போட்டபடி அவளுடன் காரை நோக்கி நடந்தான், சபேசன்.

அடுக்குமாடிக் கட்டிடம் ஒன்றின் முன் கார் நின்றது. வானைத் தொட்ட அந்தக் கட்டிடத்தை அபிராமி அண்ணாந்து நோக்கினாள். அவளுக்குத் தலை சுற்றியது.

காரிலிருந்து இறங்கி, லிஃப்டில் நின்று ஏழாவது மாடியை அடைந்தபொழுது, அபிராமிக்கு ஆச்சரியம் தலைகால் புரியவில்லை.

''இந்தப் பிரம்மாண்டத்திலே நான் எப்படித்தான் சமாளிக்கப் போறேனோ..!''

மூன்று படுக்கையறைகள்... பெரிய ஹால்... விசாலமான சமையற்கூடம்; அதில் நிறைய அவள் அதுவரை கண்டிராத நூதனப் பொருட்கள்... அபிராமி திணறிப் போனாள்.

கணவனை ஆச்சரியத்துடன் பார்த்தாள்.

''நீ இதையெல்லாம் உபயோகிக்கக் கத்துக்கணும். நீ சமையல்லே எக்ஸ்பர்ட்டாமே!'' என்றான் சபேசன்.

அன்றிரவு படுக்கையறையில்...

''இதென்ன ஏதோ வாசனை...? உங்களுக்கு ட்ரிங்க் சாப்பிடற பழக்கமா? வாசனை எனக்கு வயத்தைக் குமட்டறது!'' என்றாள் அபிராமி கலவரத்துடன்.

''அசடு.. இது அமெரிக்கா... மாயவரம் இல்லே. இதெல்லாம் இங்க ரொம்ப சகஜம்...'' என்றான் சபேசன் சர்வசாதாரணமாக.

அபிராமி, தன் நெஞ்சில் நெருஞ்சிமுள் குத்தியது போல உணர்ந்தாள்.

அடுத்த நாள், அவன் அலுவலகம் சென்று விட்டான். அபிராமிக்குப் பொழுது போகவில்லை. சிறையிலிருப்பது போல உணர்ந்தாள். சிரமத்துடன் நாள் முழுவதும் கழித்தாள்.

சபேசன் வீடு திரும்பியபொழுது, இரவு மணி எட்டு. அவன் தனியாக வரவில்லை. வெள்ளைக்காரப் பெண் ஒருத்தி, அவனை விட ஒரு சாண் உயரமாக அவனுடைய தோளில் சாய்ந்தபடி வந்தாள்.

அபிராமிக்குத் திக்கென்றது. அந்த வெள்ளைக்காரப் பெண்ணை வெறித்துப் பார்த்தபடி நின்றாள்.

''ஹலோ... வெல்கம் டு நியூயார்க்...'' என்று கூறிய வெள்ளைக்காரி அபிராமியின் கைகளைப் பிடித்தாள்.

அபிராமி பயத்துடன் தன் கையை உதறினாள்.

''அபி, டோண்ட் பி சில்லி.. கைகுலுக்கு....'' என்றான் சபேசன்.

''நில்லுங்கள்... எனக்கு இதெல்லாம் என்னன்னு தெரியணும்... அவ யாரு?''

அவன், ''அவளும் என் பெண்டாட்டிதான்... கலாட்டா பண்ணாதே...'' என ஏளனமாகக் கூறிவிட்டு, அவளுடன் உள்ளே போய்க் கதவைத் தாளிட்டான். அபிராமிக்குத் தலை சுற்றியது.



அலுவலகங்களில் வேலை செய்பவர்கள் ஒரே இடத்தில் நாற்காலியில் ஒரே பொஸிஷனில் அமர்வர். இதனால் முழங்கை கறுப்பாகும். இதற்கு நாற்காலியில் கைபடும் இடத்தில் பருத்தித் துண்டோ, வெல்வெட் துணியோ போட்டு அமர்ந்து வேலை செய்தால் முழங்கை கறுப்பு வராது.

- அ.ப. மலர்க்கொடி பலராமன்,
அண்ணாநகர்.

பொது இடத்தில், விசேஷங்களுக்குப் போகும் போது வாயில் ஒரு கிராம்பு அல்லது ஒரு ஏலக்காயை மென்று விட்டுச் செல்லுங்கள். நாம் பேசும் போது நல்ல மணம் வீசி அனைவரையும் கவரும்.

- என். விஜயலெட்சுமி,
தபோவனம்.



வெகுளியான தாய், அமெரிக்க மாப்பிள்ளை என்று ஆசைப்பட்டு தன்னையும் சபலப்படுத்திப் படுகுழியில் தள்ளிவிட்டது புரிந்தது.

வாரத்தில் பல நாட்கள் அவன் அந்த வெள்ளைக்காரியுடன் வந்தான். அவளுடன் சல்லாபித்தான்.

அபிராமியின் தொடர்ந்த கேள்விகள் சபேசனைச் சலிப்படையச் செய்தன போலும். ஒருநாள் வாய்விட்டே கத்தி விட்டான்.

''நீ பட்டிக்காட்டுப் பெண். இவள் போல் உன்னால் நடந்துகொள்ள முடியாது. என் அப்பா, அம்மாவின் தொந்தரவால் உன்னைக் கல்யாணம் செய்து கொள்ள வேண்டிய நிர்ப்பந்தம். நீ அலட்டிக்காம இரு... கலாட்டா பண்ணாதே...'' என்றான் அவன்.

அபிராமி தத்தளித்துக்கொண்டிருந்தாள். தொலைபேசியில் அவள் பேச முடியாத படி அதைப் பூட்டி வைத்திருந்தான், சபேசன். அலுவலகம் செல்லும் பொழுது, வீட்டைப் பூட்டி அவளைச் சிறைவைத்து விட்டுச் செல்வது வாடிக்கையாகிவிட்டது.

ஒருநாள்... சபேசன் குளியலறையில் இருந்த சமயம் சாவியை எடுத்து வெளியே சென்று, வீட்டின் கதவைப் பூட்டிவிட்டு, உடுத்தியிருந்த புடைவையுடன் அவள் துணிச்சலுடன் வெளியேறினாள். திருவாரூர் தியாகராசப் பெருமான் தனக்கு அபயம் கொடுப்பார் என்ற நம்பிக்கையில் அபிராமி நியூயார்க் நகரத் தெருவில் நடந்தாள்.

அபிராமியின் நம்பிக்கை வீண்போக வில்லை. சிறிது தொலைவு நடந்தபின், ஒரு பெரிய 'டிபார்ட்மெண்டல் ஸ்டோர்' தென்பட்டது.

அந்த அங்காடியில் ஒரு வயதான தம்பதியர் காணப்பட்டனர். நடையுடையிலிருந்து, அவர்கள் தென்னிந்தியர் என அபிராமிக்குப் புரிந்தது. தயக்கத்தை ஒதுக்கிவிட்டு, ''நீங்க தமிழ்நாடா...?'' என ஆங்கிலத்தில் கேட்டாள், அபிராமி.

''ஆமா, நீ யார்? உனக்கு என்ன வேணும்...? அழுதியா... கண்ணெல்லாம் சிவந்திருக்கே...?'' அந்த மூதாட்டி கேட்டாள்.

அபிராமி, சில நிமிடங்களில், தன் கதையைக் கொட்டித் தீர்த்தாள்.

''குழந்தே, நாங்களும் உங்க ஊர்ப் பக்கம்தான். தஞ்சாவூர்... இங்கே அமெரிக்கா வந்து நாற்பது வருஷமாச்சு. நாங்க அமெரிக்கக் குடிமக்கள். இவர் பெயர் ஆராமுதன், என் பெயர் அம்புஜம்...'' என்றாள் அந்த மூதாட்டி.

அந்தத் தம்பதியர் அபிராமியிடம் தங்களைப் பற்றியும் கூறினர். அவர்களுடைய ஒரே மகன் நியூயார்க் நகரில் பெரிய அமெரிக்க நிறுவனத்தில் வேலை பார்த்தார். முப்பது வயது இளைஞன் சாலை விபத்தில் இறந்து சில வருடங்களாகிவிட்டன. தங்களுடைய ஏக்கத்தைக் கூறிப் பெருமூச்சு விட்டனர் அந்த மூத்த தம்பதியர்.



எம்ப்ராய்டரி, குந்தன் ஸ்டோன்ஸ், பிரிண்டட், க்ளாஸ் வைத்த சுரிதார்களை அயர்ன் செய்யும் போது சுரிதாரின் உள் பக்கம் மேற்புறம் இருக்குமாறு அயர்ன் செய்ய வேண்டும். அப்போதுதான் டிசைனர் சுரிதார்கள் பழுதடையாது.

– வே. சந்தியா, சென்னை – 94.

50!

''அபிராமி, பகவானே எங்க பிரார்த்தனைக்கு இரங்கி உன்னை எங்க துணைக்கு அனுப்பியிருக்கார்... நீ எங்களோட இரு...'' என்றனர் அவர்கள்.

சில காலம் அபிராமி அவர்களுடன் தங்கியிருந்தாள். தான் தன் காலில் நிற்க விரும்பினாள். அதை அந்தத் தம்பதியரிடம் கூறினாள்.

ஆராமுதன், அந்த நகரில் பெரிய நிறுவனத்தில் முக்கியப்பதவி வகித்து ஓய்வு பெற்றவர். நகரிலும், சுற்று வட்டாரத்திலும் தென்னிந்தியர்கள் மத்தியில் பிரபலமானவர். அவர்கள் நியூயார்க் நகரை விட்டு வெளியே ஒரு வில்லாவில் குடியிருந்தனர். அது தென்னிந்தியர்கள், குறிப்பாகத் தமிழர்கள் பெரும்பாலும் வசித்த பகுதி. அங்கே தென்னிந்தியர்களுக்கு உணவு விடுதி ஒன்று தேவைப்பட்டது. ஆராமுதனுடைய பிரயத்தனத்தால், அங்கே அபிராமி ஓர் உணவு விடுதி ஏற்படுத்தினாள். 'மயிலாடுதுறை ரெஸ்டாரண்ட்' அமோக வரவேற்பைப் பெற்றது.

சபேசன் மீது விவாகரத்து வழக்குப் போட்டு, விவாகரத்து பெற்றாள். தமிழ் நாட்டிலிருந்த தன் தாயை அமெரிக்காவுக்கு அழைத்துக்கொண்டாள்.

வாழ்க்கையில் தன் போல அவல நிலைக்கு ஆட்படும் பெண்களுக்குச் சரியான வழிகாட்டுதல் ஏற்படுத்த 'அபயக் கரம்' என்ற அமைப்பை உருவாக்கினாள். அது நன்கு வேர்பிடித்துச் செயல்பட்டது.

இப்பொழுது, பல ஆண்டுகளுக்குப் பின், இதோ, இங்கு சபேசன்! அவளுடைய முன்னாள் கணவன். பெரும் குடிகாரனாக வந்து நிற்கும் ஒரு காட்சி!

ஒரு மாதம் கழிந்தது. ஒருநாள் இரவு மணி பத்து இருக்கலாம்.

சர்வர் கேசவன் பரபரப்புடன் வந்தார். ''மேடம்...'' என்றார்.

''என்ன கேசவா?''

''அந்த மனுஷன் மறுபடியும் வந்திருக்கார். டிஃபன் வேணுமாம். பயங்கரமாக் குடிபோதையிலிருக்கார். பில்லுக்குப் பணம் வர்றது சந்தேகம். என்ன செய்யட்டும்?''

''பரவாயில்லே... குடு... சாப்பிடட்டும்...'' என்றாள் அபிராமி.

''மேடம்... எதுக்கு ரிஸ்க்கு?''

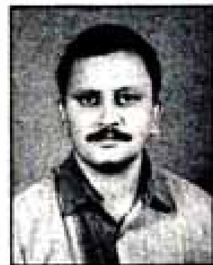
''பரவாயில்லை... மனுஷனுக்குப் பசி... டிஃபன் குடு...''

சில நிமிடங்களில் வந்த கேசவன், ''சாப்பிட்டு முடிச்சுட்டார். பில்லை நீட்டினேன். பர்ஸ் காணாமப் போச்சுன்னு பழைய கதையையே சொல்றார்'' என்றார்.

''கேசவா, நம்ம ஊரிலே 'இராப்பிச்சை'ன்னா இல்லைன்னு சொல்லாமக் கொடுக்கணும். அந்த நல்ல பழக்கம்... தர்மம் இங்கேயும் நடக்கட்டும். அவரைப் போக விடு'' என்றாள் அபிராமி, அமைதியாக.

அந்த மனிதர் அழுக்கு உடையுடன், தள்ளாடியவாறு 'மயிலாடுதுறை'யின் படிக்கட்டுகளில் இறங்கிச் சென்று கொண்டிருந்தார். ●

ஆர்.எஸ்.பதி எஸ் & கோ **ஆர்.எஸ்.பதி.மருந்து நேட்ச்ரோ தைலா**



"98 ஆண்டுகளாகப் புகழ்பெற்ற பாரம்பரிய மிக்க குடும்ப மருந்தான "ஆர்.எஸ்.பதி மருந்து நேட்ச்ரோ" உங்கள் வீட்டு அலமாரியில் இருந்தால், அது உங்களுடனே கைவைத்தியர் ஒருவர் உடனிருப்பதற்குச் சமம். இது எல்லா வயதுக்காரர்களுக்கும் எல்லா காலங்களுக்கும் ஏற்றது" – ரத்னசபாபதி, உரிமையாளர்.

சர்வ ரோக நிவாரணி

தலைவலி, ஜலதோஷம், ஃப்ளு, கை கால் வலி, மூட்டுவலி, சைனஸ் போன்ற உடல் உபாதைகளுக்கு உடனடி நிவாரணி. தலைவலி தரும் இம்சைகளிலிருந்து விடுபட உதவுவது "ஆர்.எஸ்.பதி மருந்து நேட்ச்ரோ" தைலம். மூன்று அல்லது ஆறு துளிகள் மருந்தினை இரண்டு அல்லது மூன்று முறை நெற்றியில் தேய்க்கவும். அதன் பிறகு தலைவலி போயே போச்!

அதிக தூரம் நடந்து போக நேரும் போதும், கடுமையான உடல் உழைப்பின் போதும் தேகம் முழுவதும் அதிக வலியும், மண்டைக் கனமும், 'விண் விண்' என்று தெறிக்கும். அப்போது வெந்நீரில் 'ஆர்.எஸ்.பதி மருந்து நேட்ச்ரோ' விட்டுக் கலக்கி ஸ்நானம் செய்து பாருங்கள். உடம்பு வலியும் மண்டைக் கனமும் மறைந்து போய்விடும்.

கைகால், முழங்கால், இடுப்பு வலி, மூட்டுவலிக்கு வலியுள்ள இடங்களில் மருந்தை நன்றாகச் சூடேறும்படி அடிக்கடி தேய்த்து வந்தால், அதன் வலிகளிலிருந்து விடுதலை பெறலாம். கத்தியினால் வெட்டுப்பட்ட காயங்கள், வெந்த புண்கள், புரையோடிப் போயுள்ள ஆறாத புண்கள் யாவும் இம்மருந்தைப் போட்டுவர, சீக்கிரம் குணமாகும்.

ஜலதோஷம், மூக்கடைப்பு ஆகியவற்றுக்கு நோயுள்ள இடங்களில் இம்மருந்தினை நன்றாய்ச் சூடேறும்படி தேய்த்து வரவும். சைனஸ் தொந்தரவு உள்ளவர்கள் இந்த மருந்தை ஒரு துளியும், தேங்காய் எண்ணெய் மூன்று துளிகளும் கலந்து காலை, மாலை மூக்குத் தண்டின் மீது தடவி வந்தால் நல்ல நிவாரணம் கிடைக்கும். மேலும் இந்த மருந்தினை சுடுதண்ணீர் பாத்திரத்தில் சில துளிகள் விட்டு, போர்வையில் தலையை மூடிய வண்ணம் ஆவி பிடித்து வந்தால் சைனஸ் தொல்லையிலிருந்து விடுபட்டுவிடலாம்.

குழந்தைகளுக்கு இருமல் வந்தால் முதுகெலும்பின் மேலும் நெஞ்சுக் குழியிலும் மருந்தை அடிக்கடி தேய்ப்பதுடன் தொண்டையின் மேலும் தேய்த்து வர வேண்டும். நெஞ்சு சளி, இருமல், தொண்டை வலியுடைய குழந்தைகளுக்கு 'டாட்டா' காட்டிவிட்டு அகன்று போய்விடும்.

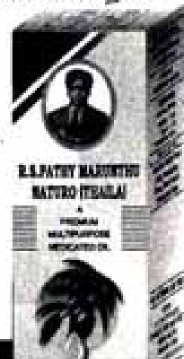
இப்பொழுது எங்கள் மருந்து புதிய பொலிவுடன் 60 ML Packல் கிடைக்கிறது. இப்பொழுது குடும்ப டாக்டர் பட்ஜெட் பாக்கில் கிடைக்கிறது. இதற்கு அனைவரும் ஆதரவு தரும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

"ஆர்.எஸ்.பதி மருந்து நேட்ச்ரோ" எல்லா கடைகளிலும் கிடைக்கும்.

தொடர்பு கொள்ள :

மதுரை-**(0452)2342085**

செல் : **9790262222**



Wanted Stockists all over India

மூலிகை மந்திரம்-12

ஆரோக்கியத்துக்கு...

வெள்ளரிக்காய்ல தண்ணீர் சத்துதான் அதிகம். தோலில் பீட்டாகரோடின் சத்து இருக்கு. மீடியம் சைஸில் ஆறு வெள்ளரிக்காய் வட்டங்களை எடுத்துக் கொண்டால், அதுல 5 கலோரி சத்து இருக்கு. தவிர சிறிது புரோட்டீன், நார்ச்சத்து 1 கிராம், கார்போஹைடிரேட் 1 கிராம், கால்சியம் 7 மில்லி கிராம், விட்டமின் ஏ, சிறிது இரும்புச்சத்து இத்தனையும் இருக்கு.

வெள்ளரி... காயா? பழமா?

உள்ளே விதைகள் இருப்பதால் பழம் தான் என்கிறார்கள் வேளாண் வல்லுநர்கள்.

நல்ல வெயில்ல சுத்திட்டு வந்து ஐஸ் வாட்டர் குடிக்காதீங்க... கொஞ்சம் மோரும் வெள்ளரிச் சாறும் கலந்து குடிச்சா... களைப்புப் போயிடும்! ரத்த அழுத்தம், சர்க்கரை நோய் இருக்கறவங்க வெள்ளரிக்காயை உணவுல அதிகமாகச் சேர்த்துக்கணும்.

அழகுக்கு...

வெள்ளரிக்காய் ப்ளீச் :

வெள்ளரி விதைப் பவுடர் - 100 கிராம்,
பார்லி பவுடர் - 100 கிராம்,
சந்தனப் பவுடர் - 10 கிராம். இதோடு பச்சைக் கற்பூரம் 5 கிராம் கலந்து ஒரு பொடி செய்து வைத்துக்கொள்ளுங்க.. இந்தப் பொடி ஒரு ஸ்பூன் எடுத்து கொஞ்சம் பாலில் கலந்து முகம், கழுத்துப் பகுதியில தடவுங்க. கால் மணி நேரத்துக்கப்புறம் வெதுவெதுப்பான நீரில் முகம்



வெள்ளரி ரெஸிபிஸ்!

வெள்ளரி அல்வா

துருவிய வெள்ளரிக்காய் - 2 கப்,
வெள்ளரி ஜூஸ் - 1 கப்,
சர்க்கரை - 1½ கப்,
ஏலம், முந்திரி, திராட்சை, கேசரி பவுடர் - தேவையான அளவு.

செய்முறை : வெள்ளரியைத் துருவி துணியில் வடிகட்டவும். ஜூஸ் 1 கப் அளவு இருக்கட்டும். வெள்ளரித் துருவலைச் சிறிது நெய்யில் வதக்கி எடுத்து வைக்கவும். ஒரு வாணலியில் சர்க்கரையையும் வெள்ளரி ஜூஸையும் சேர்த்து நன்கு கொதிக்கவிடவும். கொதித்து வரும்போது நெய்யில் வதக்கிய

ராஜம் முரளி

''என்னடா ஆச்சு...? நேத்து மாடலிங் கோ-ஆர்டினேட்டரை பார்த்தியே, என்ன சொன்னாங்க...?'' - உற்சாகமாகக் கேட்டாள் விவி.

''என் முகத்துல பொலிவே இல்லையாம். கண்ணுக்கடியில வளையம் தெரியுதாம்...'' வருத்தத்தோடு சொன்னாள் ஜோ.

''பின்னே...? நாள் முழுக்க கம்ப்யூட்டர்ல உட்கார்ந்து பார்த்துக்கிட்டிருந்தா...? ஆனா... இது ஒரு பெரிய பிரச்னை இல்ல... அடுத்த மாதம் மறுபடியும் ஒரு ரவுண்டு இருக்கு இல்ல... வா.. அதுக்குள்ள உன் முகத்தைப் பளபளன்னு ஆக்கிடலாம்!'' என்றாள் விவி.

''க்ரீமா, ஃபேஷியலா?''

''மண்டு! அதெல்லாம் எதுக்கு?'' அரைக் கிலோ வெள்ளரிக்காய் போதுமே...'' என்றவள் சொல்ல ஆரம்பித்தாள்.



வெப்பம் தணிக்கும் வெள்ளரி

தொகுப்பு : பத்மினி பட்டாபிராமன்

படம் : ஸ்ரீஹரி

கழுவினா, எளிமையான, சக்தி வாய்ந்த பிளீச்!

வெள்ளரிக்காய் ஜூஸ் 2 ஸ்பூன், எலுமிச்சம் பழச்சாறு அரை ஸ்பூன், இதோட கடலை மாவும் கொஞ்சம் கலந்து முகத்தில தடவி சிறிது நேரம் கழித்து கழுவிடுங்க. தொடர்ந்து சில நாட்கள் செய்து வந்தால், வெயில் கறுப்பு மறைஞ்சே போகும்!

வெள்ளரிக்காய் சேர்த்துக் கிளறவும். அல்வா பதம் வரும்போது ஏலக்காய், நெய்யில் வறுத்த முந்திரி, திராட்சை, கேசரிப் பவுடர் சேர்க்கவும்.

வெள்ளரிக்காய் மசியல்

முற்றிய வெள்ளரிக்காய் - ½ கிலோ,
பயத்தம் பருப்பு - 1 கப்,
பச்சை மிளகாய் - 4,
வெந்தயம் - ½ ஸ்பூன்,
உப்பு, கொத்துமல்லி, கறிவேப்பிலை, பெருங்காயம் - தேவையான அளவு,
மஞ்சள் பொடி - தேவையான அளவு.

செய்முறை :

வெள்ளரிக்காயைத் தோல் சீவி, விதைகளை நீக்கி, சிறிய துண்டுகளாக்கவும். வேகவிட்டு எடுக்கவும். பயத்தம் பருப்புடன் வெந்தயம் சேர்த்து வேகவிடவும். நன்கு மசிக்கவும். வாணலியில் கடுகு, பச்சை மிளகாய், பெருங்காயம் தாளித்து, வெந்த வெள்ளரித் துண்டுகள், பயத்தம் பருப்பு, மஞ்சள் பொடி, உப்பு சேர்த்து ஒரு கொதி வந்ததும் இறக்கவும். கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லி சேர்த்தால், வெள்ளரி மசியல் ரெடி.

(நிறைந்தது)





முருகா...முருகா...

(முருகனைப் பற்றிய பழமொழிகள்)

★ வேலை வணங்குவதே வேலை!

★ சுக்குக்கு மிஞ்சிய வைத்தியமில்லை சுப்பிரமணியருக்கு மிஞ்சிய தெய்வமில்லை!

★ வயலூர் இருக்க அயலூர் தேவையா?

★ காசுக்குக் கம்பன் கருணைக்கு அருணகிரி!

★ அப்பனைப் பாடிய வாயால் - ஆண்டிச் சுப்பனைப் பாடுவேனோ?

★ முருகனுக்கு மிஞ்சிய தெய்வமும் இல்லை
மிளகுக்கு மிஞ்சிய மருத்துவம் இல்லை

★ கந்தபுராணத்தில் இல்லாதது எந்தப் புராணத்திலும் இல்லை.

★ கந்தன் களவுக்குக் கணபதி சாட்சியாம்!

★ பழநி பழநின்னா பஞ்சாமிர்தம் வந்திடுமா?

★ சென்னிமலை சிவன்மலை சேர்ந்ததொரு பழனிமலை

★ செந்தில் நமக்கிருக்கச் சொந்தம் நமக்கெதற்கு?

★ திருத்தணி முருகன் வழித்துணை வருவான்.

★ வேலவனுக்கு ஆனை சாட்சி!

★ வேலிருக்க வினையுமில்லை மயிலிருக்கப் பயமுமில்லை!

★ செட்டிக் கப்பலுக்குச் செந்தூரான் துணை!

தொகுப்பு : மேகலா, சென்னை.

'நாஞ்சில் நாட்டுச் சமையல்' பகுதியில் வெளியான சமையல் குறிப்புகளைச் செய்து பார்த்தேன், மிக அற்புதமாக இருந்தது. புத்தாண்டை அசத்திட்டேன் போங்க!

- ஜி.பி. மீனாக்ஷி, மதுரை.

சென்ற வாரம் கறிவேப்பிலைக் கெட்டிக் குழம்பு செய்து அலுவலகம் கொண்டு சென்றேன். எனக்கு மிஞ்சியது காலி டிபன் பாக்ஸ்தான். ஜேக்கப்புக்கு நன்றியுடன் ஒரு ஜே!

- எஸ். குமுதவல்லி, மணலிமாத்தூர்.

செஞ்சு பார்த்து என்ஜாய் பண்ணுங்க..! ம.மலர் பார்த்தே ஸெலிபிரேட் பண்ணுங்க..!

ருசியோ... ருசி - 2

நளபாக சக்கரவர்த்தி ஜேக்கப்

நாஞ்சில் நாட்டுச் சமையல்!

முருங்கைக்காய் மசால்



தேவையான பொருள்கள் :
வெங்காயம் - 1,
தக்காளி - 2,
கறிவேப்பிலை - சிறிது,
பட்டை, சோம்பு, மஞ்சள் தூள்,
கரம் மசாலா - 5 கிராம்,
மிளகாய்த் தூள் - 15 கிராம்,
தனியா, இஞ்சி, பூண்டு விழுது - 10 கிராம்,
முருங்கைக்காய் - 3,
நெய் - சிறிது,
உப்பு - தேவையான அளவு.

செய்முறை :

★ முருங்கைக்காயை சிறு சிறு துண்டுகளாக வெட்டி மஞ்சள் தூள், உப்புத் தூள் சேர்த்து வேகவைக்கவும்.

இஞ்சி, பூண்டு சாதம்



தேவையான பொருள்கள் :
கடுகு, உளுந்து - தாளிக்க,
இஞ்சி (நறுக்கியது) - சிறிது,
பூண்டு (நறுக்கியது) - கைப்பிடி அளவு,
தேங்காய் எண்ணெய் - 100 மில்லி,
பச்சரிசி - 10 கிராம்,
தனியா - 10 கிராம்,
வெங்காயம் - 2,
வெள்ளை சாதம் - 2 கப்,
உப்பு - தேவையான அளவு,
பெருங்காயத் தூள் - சிறிது.

செய்முறை :

★ வெள்ளை சாதம் இரண்டு கப் எடுத்துக் கொள்ளவும்.



★ வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி காய்ந்ததும், அதில் பட்டை, சோம்பு, கறி வேப்பிலை சேர்த்து வதக்கவும்.

★ வெங்காயம், தக்காளியைப் பொடிப் பொடியாக நறுக்கி, அதில் சேர்த்து வதக்கவும்.

★ பிறகு, அதனுடன் மஞ்சள் தூள், இஞ்சி, பூண்டு விழுது, மிளகாய்த் தூள் சேர்த்து வதக்கவும்.

★ அடுத்து, வறுத்துப் பொடியாக்கிய தனியா சேர்த்து வதக்கவும்.

★ நன்றாக வதங்கியபின் அதில் கரம் மசால், வேகவைத்த முருங்கைக்காய் சேர்த்து நன்றாகக் கிளறவும்.

★ உப்பைச் சரிபார்த்து இறக்கினால் முருங்கைக்காய் மசால் தயார்!



★ வெங்காயத்தை நீளவாக்கில் மெல்லிசாக நறுக்கவும்.

★ வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி அதில் வெங்காயம் சேர்த்து வதக்கவும்.

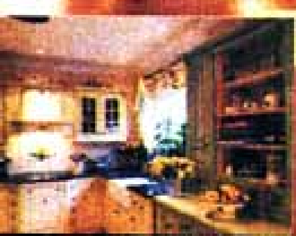
★ கடுகு, உளுந்து, இஞ்சி, பூண்டு மற்றும் சிறிது பெருங்காயத்தூள் சேர்த்து வதக்கவும்.

★ பிறகு, பச்சரிசி, தனியா இரண்டையும் வறுத்து அரைக்கவும். அதையும் சேர்த்து நன்றாக வதக்கியபின் சிறிது உப்பு சேர்த்துக் கிளறவும்.



★ இறுதியாக வேக வைத்த சாதத்தை அதனு டன் சேர்த்துக் கிளறி னால் 'கமகமக்கும்' இஞ்சி பூண்டு சாதம் தயார்.

அமைதியின் இருப்பிடம்







நாஞ்சில் நாட்டு அவியல்



தேவையான பொருள்கள் :

சிவப்புப் பூசணி (பரங்கிக்காய்) - 1 கப்,
வெண் பூசணி - 1 கப்,
வெள்ளரிக்காய் - 1 கப்,
புடலங்காய் - 1 கப்,
உளுந்து - 10 கிராம்,
சோம்பு - 5 கிராம்,
தனியா - 15 கிராம்,
தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப்,
சீரகம் - 5 கிராம்,
பச்சை மிளகாய் - 2,
பச்சரிசி - 10 கிராம்,
தேங்காய் எண்ணெய் - 20 மில்லி,
தயிர் - 20 மில்லி.

வெட்டி முறிச்ச குழம்பு



தேவையான பொருள்கள் :

முருங்கைக்காய் - 2, கொத்தவரங்காய் - 10,
அவரைக்காய் - 5, வெங்காயம் - 1 கப்,
தேங்காய் - 1 கப், சீரகம், சோம்பு - 5 கிராம்,
முந்திரி - 20 கிராம்,
பச்சை மிளகாய் - 3,
எண்ணெய் - 20 மில்லி,
உப்பு - தேவையான அளவு,
தனியா - 20 கிராம்,
மஞ்சள் தூள் - சிறிது.

செய்முறை :

★ தேங்காய், சீரகம், சோம்பு, முந்திரி இவற்றை தண்ணீர் ஊற்றி அரைத்துக் கொள்ளவும்.



செய்முறை :

★ காய்களை நீளவாக்கில் மெல்லியதாக வெட்டி தேவையான நீர் வைத்து, வேகவைத்துக் கொள்ளவும்.

★ பிறகு உளுந்து,சோம்பு, தனியா இவற்றை நன்றாக வறுத்து, நைஸாகப் பொடித்துக் கொள்ளவும்.

★ தேங்காய்த் துருவல், சீரகம், பச்சை மிளகாய், பச்சரிசி சேர்த்துச் சிறிது தண்ணீர் ஊற்றி அரைத்துக்



★ பிறகு வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி அதில் பொடியாக நறுக்கிய வெங்காயம், பச்சை மிளகாய் சேர்த்து நன்றாக வதக்கவும். சிறிது மஞ்சள் தூள் சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

★ வெட்டி வைத்துள்ள காய்கறிகளை அதனுடன் சேர்த்து நன்றாக வதக்கவும்.

★ பின்பு அரைத்து வைத்த கலவையை அதனுடன் சேர்த்துப் புரட்டவும். அடுத்ததாக, வறுத்துப் பொடியாக்கிய தனியாவைச் சேர்த்து நன்றாகக் கிளறவும்.

★ தேவையான அளவு தண்ணீர் மற்றும் உப்பு சேர்த்து இறக்கினால் வெட்டி முறிச்ச குழம்பு ரெடி!

★ இது சுடுசாதத்துக்கும் ஏற்றது. கலந்த சாதத்துக்கும் ஏற்றது! சப்பாத்தி, பூரி போன்றவற்றுடனும் சுவையாக ஜோடி சேரும்.



கொள்ளவும்.

★ பின்னர் ஒரு பாத்திரத்தில் சிறிது எண்ணெய் ஊற்றி அதில் காய்களைச் சேர்த்து நன்றாக வதக்கவும்.

★ பின்பு அதில் அரைத்து வைத்த தேங்காய், சீரகம் கலவையைச் சேர்த்து நன்றாகக் கொதிக்கவிடவும்.

★ பின்னர் அதில் அரைத்துப் பொடியாக்கிய தனியா, உளுந்துப் பொடியைச் சேர்த்து நன்றாகக் கொதிக்கவிடவும். நன்றாக ஆறவிடவும்.

★ அதில் சிறிது உப்பு சேர்த்து பின்பு தயிர் சேர்த்துக் கலக்கி இறக்கினால், நாஞ்சில் நாட்டு அவியல் தயார்.

★ சிவப்புப் பூசணி இலேசாக இனிக்கும் என்பதால், இனிப்புச் சுவை பிடிக்காதவர்கள் கொஞ்சம் காரத்தைக் கூட்டலாம்.

★ தயிர் சேர்க்கும் போது கவனம் தேவை. காய்கறிகள் சூடாக இருக்கும்போது தயிரைச் சேர்த்தால், ஆவியில் திரிந்து போகும்.

★ அதிகமாகத் தயிர் சேர்த்துவிட்டால், மோர்க்குழம்பு போல ஆகிவிடும். எனவே திட்டமாகச் சேர்க்கவும்.

★ இறுதியாக சில சொட்டுக்கள் தேங்காய் எண்ணெய் விட்டால், மணம் ஊரையே தூக்கும்.

நளபாகப் போட்டி - 13 (முடிவு)

ஜனவரி 2008ல் இடம்பெற்ற போட்டியின் விடை :

விடைகள் :

1. முருங்கைக்காய், 2. தேங்காய், 3. நெல்லிக்காய், 4. கறிவேப்பிலை, 5. அகத்திக்கீரை, 6.அத்தி, 7. புதினா, 8. எலுமிச்சை

வந்து குவிந்த கூப்பன்களில் ரூ. 150/- பரிசு பெறும் 20 அதிர்ஷ்டசாலி வாசகர்களுக்கு வாழ்த்துக்கள்!

1. எம். ராணி, திருச்சி - 8, 2. எம்.எஸ். மகேஷ்வரி, பெங்களூரு- 95, 3. பி. புவனேஸ்வரி, கும்பகோணம் -1, 4. ரஜினி பாலசுப்ரமணியன், சென்னை - 91, 5. வே. காமாட்சி, மேட்டூர் அணை, 6. அ. பத்மலதா, நெய்வேலி- 3, 7. பத்மினி சாம்பசிவம், பாண்டிச்சேரி - 4, 8. எஸ். பாக்கியலட்சுமி, விழுப்புரம், 9. பி. மகேஸ்வரி, வேலூர். 10. விஜயலட்சுமி, திண்டுக்கல் மாவட்டம், 11. சி. திவ்யா, நாமக்கல், 12. கே. சரஸ்வதி, நியூடெல்லி, 13. எஸ். பார்வதி, மதுரை, 14. பி. ஷண்முகவடிவு, கோயமுத்தூர் - 41, 15. வே. சரஸ்வதி உமேஷ், திருநெல்வேலி மாவட்டம், 16. ச. சசிகலா, ஈரோடு. 17. பி. புவனேஸ்வரி, சிவகங்கை மாவட்டம், 18. ஆர். விஜயலட்சுமி, கடலூர் - 1, 19. பி.எல். ஆனந்தவல்லி, தேவகோட்டை, 20. ராதா கிருஷ்ணமூர்த்தி, ஒரிஸ்ஸா.

நளபாகப் போட்டி-14

ரூ.3,000 பரிசு

1 முதல் 5 வரை கொண்ட ஒவ்வொரு எண்ணுக்கும் எதிரில் மூன்று வார்த்தைகள் உள்ளன. ஒவ்வொரு வார்த்தையிலிருந்தும் ஒரு எழுத்தை எடுத்துச் சேர்த்தால் ஒரு ஐஸ்க்ரீம் வகை [அதாவது ஐஸ்க்ரீமில் சேர்த்து அளிக்கக்கூடிய ஒரு பொருள்] கிடைக்கும்.

6 முதல் 10 வரை கொண்ட ஒவ்வொரு எண்ணுக்கும் எதிரில் நான்கு வார்த்தைகள் உள்ளன. ஒவ்வொரு வார்த்தையிலிருந்தும் ஒரு எழுத்தை எடுத்துச் சேர்த்தால் ஒரு சிற்றுண்டி வகை கிடைக்கும்.

ஐந்து ஐஸ்க்ரீம் வகைகளையும், ஐந்து சிற்றுண்டிகளையும் கண்டுபிடியுங்கள் பார்க்கலாம்.

1. பிள்ளை ஆஸ்தி தாரகை ....
2. வெள்ளி இனிமை சிம்லா ....
3. ஆஃபர் ஜூட்டி அடாது ....
4. மேதகு அங்கு கோபால் ....
5. சேம்பு மியாவ் யாக்கை ....
6. உடல் தப்பு புதிது மாதவி ....
7. பொட்டு கங்கை கடமை அல்ல ....
8. பாட்டு அவ்வை பாரதி ஜிப்பா ....
9. பேத்தி நல்ல பூட்டு அரிது ....
10. அரில் பச்சை அசல் பெட்டி ....

தொகுப்பு : ஜி.எஸ்.எஸ்.

இங்குள்ள புதிரைச் சரியாக நிரப்பி வெட்டி மங்கையர் மலருக்கு அனுப்புங்க. குலுக்கல் முறையில் 20 பேருக்கு 150 ரூபாய் பரிசு! ஜெராக்ஸ் அனுப்பக் கூடாது!

கடைசித் தேதி : 15.2.2008

உறையின் மீது நளபாகப் போட்டி - 14 என்று குறிப்பிடவும்.

ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதி.

பெயர் : .... விலாசம் : ....

....

....

தொலைபேசி எண் : ....

முதுகில் விழுந்த மகிழம்பூ!

ஒரு சமயம் மாயவரத்திற்கு அருகிலுள்ள ஆலங்காண்டவ புரத்துக்கு வந்திருந்த தமிழறிஞர் கி.வா.ஜகந்நாதன் எங்கள் வீட்டில் தங்கியிருந்தார். எங்கள் பாட்டியிடம் ''உங்களுக்கு ஏதாவது தமிழ்ப் பாடல்கள் தெரியுமா?'' என வினவினார். பாட்டி, ''என்னை வேலைகள் ஏவி, நான் கோபித்துக் கொள்ளும் பொழுது என் அம்மா என்னிடம் கூறிய பாடல் நினைவிருக்கிறது'' என்று சொல்லி கீழ்க்காணும் வரிகளைச் சொன்னாள்.

''மித்தம் பெருக்கையிலே மகிழம்பூ விழுந்திருச்சு முதுகிலே - அத்தனையும் பொறுத்துக்கிட்டேன் - தூக்குடா பல்லக்கை போறேன் என் பொறந்தாத்துக்கு'' என சொன்னாள்.

உடனே கி.வா.ஜ. ''ஆஹா - அந்நாட்களில் இப்பொழுது வீட்டிலே கார் வைத்திருப்பது போல் பல்லக்கு வைத்திருந்தனர். அந்த வீட்டு எஜமானியம்மா வீட்டு முற்றத்தை பெருக்கும் போது அவள் முதுகில் விழுந்த மகிழம்பூவின் கனத்தை பொறுத்துக் கொண்டாளாம். உடனே பல்லக்கு தூக்கிகளை அழைத்து அவளது பிறந்த வீடு சென்றாளாம். என்ன அற்புதமான கற்பனை. நாடோடிகளே இதுபோன்ற கவிகள் இயற்றினால் - தமிழ் கவிகள் என்ன மாதிரியான படைப்புக்களை படைத்திருப்பர்'' என மாய்ந்து, மாய்ந்து பாராட்டினார்.

- தையு. ராமமூர்த்தி,
சென்னை - 40

வாதவலி மற்றும் பிற வலிகளிலிருந்து உங்கள் வாழ்க்கையை மீட்டுப் பெறுங்கள்!!!

ரிஷி™

பெயின் கில்லர்-H

Hrishi PAIN KILLER-H™





100ml, 50ml. மற்றும் 20ml. அளவுகளில் கிடைக்கிறது

- ★ மூட்டு வலி
- ★ முதுகு வலி
- ★ தசை வலி
- ★ கழுத்து வலி
- ★ சுளுக்கு
- ★ மாதவிடாய் வலி
- ★ வாதநோய்

முதலிய வலிகளிலிருந்து உடனடி நிவாரணம்

For external use only



இதுவரை கண்டுபிடிக்கப்படாத மிகவும் சக்திவாய்ந்த ஆயுர்வேத மருந்து

மனி பேக் சலுகை* (Money Back Offer*)

எங்கள் மருந்தில் நீங்கள் திருப்தி அடையவில்லை என்றால் அதற்கான பணத்தை திரும்ப பெறலாம். *விதிமுறைகள் மற்றும் நிபந்தனைகள் பொருந்தும். மேலும் விவரங்களுக்கு வாடிக்கையாளர் சேவை மையத்தை தொடர்பு கொள்ளவும்: 044-26241190

ரிஷி பெயின் கில்லர்-H™

இது ஒப்பற்றமூலிகைகளின் தனித்துவம் நிறைந்த சேர்க்கை. இது அனைத்து வலிகளிலிருந்தும் உடனடி நிவாரணம் தரவல்லது. பாரம்பரியமிக்க ஆயுர்வேத வல்லுனர்களால், சகல வலிகளிலிருந்தும் நிவாரணம் பெறபுதுப்பொழிவுடன் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட ஒரு புராதன அரிய மருந்து.

ரிஷி பெயின் கில்லர்-H-ல் உள்ள அரிய மூலிகை எண்ணைகள், முதுகு வலி, மூட்டு வலி, தலை வலி, தசைப்பிடிப்பு, மாதவிடாய்க்காலத்தில் வரக்கூடிய வலிகள், கழுத்து வலி, சுளுக்கு, வாதம் சம்பந்தப்பட்ட வலிகள் மற்றும் வீக்கம் ஆகியவற்றிற்கு உடனடி நிவாரணம் தரவல்லது. மிகக் கவனத்துடன் தயாரிக்கப்பட்ட இந்த மருந்தானது 100% பாதுகாப்பும் உங்கள் பணத்திற்கு முழுப்பலனும் தரவல்லது.

வாதம் (Arthritis)

இன்றைய நாட்களில், நடுத்தர வயதைத் தாண்டிய மூன்றில் ஒருவருக்கு வாத நோய் வந்து அவதிப்படுகின்றனர். வாத நோய் (Arthritis) ஒரு வியாதிமட்டுமல்ல, எந்த வயதிலும் தாக்கக்கூடிய சிக்கலான உடல் கோளாறு.

ரிஷி பெயின் கில்லர்-H மருந்தை பாதிக்கப்பட்ட மூட்டுகளில் தடவினால், அந்த இடங்களில் ரத்த ஓட்டம் சீராகி, மூட்டுகளின் தசைகள் வலிமை பெற்று விறைப்புத்தன்மை நீங்கி, உடனடியாக வலியிலிருந்து நிவாரணம் கிடைக்கிறது.

மாதவிடாய் கால வலி (DYSMENORRHEA)

உங்களுக்குத் தெரியுமா? பத்தில் ஐந்து பெண்களுக்கு மாதவிடாய்க் காலத்தில் வலி மிகவும் கடுமையாக ஏற்படுவதால் அந்நாட்களில் அன்றாட வேலைகளைக்கூட செய்ய முடியாமல் சோர்வும், பலவீனமும் ஏற்படுகிறது.

அப்படிப்பட்ட நாட்களில் அடிவயிற்றில் ஏற்படும் வலிகளுக்கு ரிஷி பெயின் கில்லர்-H மருந்தை மாதவிடாய்க்கு ஒரு நாள் முன்பும், மாதவிடாய்க் காலத்திலும் தொப்புழ் சுற்றிலும், அடிவயிற்றிலும், கீழ் முதுகு பகுதியிலும் தடவினால் வலியிலிருந்து முழுமையான பாதுகாப்பான நிவாரணம் தரக்கூடியது.

அடிவயிற்றிலும், கீழ் முதுகு பகுதியிலும் தாங்கமுடியாத வலி ஏற்படுவதே மாதவிடாய் வருவதற்கு அறிகுறியாகும். அப்பெண்ணுக்கு அந்நேரங்களில் கடுமையான வலியோ அல்லது மிதமான வலியோ ஏற்படலாம். அந்நேரங்களில் கர்ப்பபை தசைகள் அதிக அளவில் சுருங்கி, தற்காலிகமாக ரத்த ஓட்டம் பாதிக்கப்பட்டு அடிவயிற்றில் வலியை ஏற்படுத்துகின்றன. ரிஷி பெயின் கில்லர்-H மருந்தை அடிவயிற்றில் தடவினால், ரத்த ஓட்டத்தை சீர் செய்து, கர்ப்பபை தசைகள் சுருக்கங்களிலிருந்து குறைத்து வலியை கட்டுப்படுத்துகிறது.

ரிஷி பெயின் கில்லர்-H

இதுவரை கண்டுபிடிக்கப்படாத மிகவும் சக்திவாய்ந்த ஆயுர்வேத மருந்தாகும். இதன் சக்தியானது உங்களது தசை மற்றும் மூட்டுகளின் அசைவுகளுக்கு ஆறுதலாக இருந்து, மூட்டு அசைவுகளின் கடினத்தன்மையை குறைத்து வலியிலிருந்து முழுமையான நிவாரணம் கொடுக்கிறது.

தமிழகம் மற்றும் புதுவையில் அனைத்து மருந்து கடைகளிலும் கிடைக்கும்.
பெங்களுர்: அப்போலோ பார்மஸி (Bangalore: Apollo Pharmacy)



Formulation & Manufactured by:
Indo Asian Herbs & Homoeo Research Laboratories
48A, North Phase, SIDCO Ambattur Industrial Estate, Chennai - 600 098. Phone: 044-26254180.
Cell-9444587468. E-mail: indoasianhhrl@sify.com

ஆர்த்தி சிவகுரு அணிந்திருக்கிற டிசைனைப் பாருங்க... அட! பார்த்தவுடனே கண்டுபிடிச்சிட்டீங்களே! காதலர் தின ஸ்பெஷல்... ஸ்வீட் ஹார்ட் டிசைனர் பிளவுஸ்!

''எனக்கு பன்னிரண்டு வயசுல பொண்ணு இருக்கா... நான் எப்படி இந்த ஹார்ட் டிசைன்லாம் போடறது... ஊஹூம்...''னு வெட்கப்படறீங்களா?

நோ ப்ராப்ளம்!

இதய வடிவத்துக்குப் பதிலா வட்ட வடிவம் வச்சு தைச்சுக்கலாமே!

நடுவுல இருக்கிற இதயம் (அல்லது வட்டம்) டிசைனிலிருந்து சூரியக் கதிர் மாதிரி அழகழகா போறதெல்லாம் சிறிய மணிகள்தான்... நாசூக்கா துவைச்சா மணிகளுக்கு எந்தப் பாதிப்பும் வராது. இதயத்துக்கு நடுவுல இருக்கிற மோடிஃப் கையிலயும் வைத்து தைக்கப்பட்டிருக்கு. உங்களுக்குத் தேவையான இதய (அல்லது வட்ட) வடிவை கையிலயும் தைத்து மணிகள் கோத்து வளைவுகள் அமைக்கலாம்... தோள்பட்டையிலிருந்து முன் பக்கம் வரை லேஸ் போல டிரான்ஸ்பரன்ட் துணியை மேல வைத்து அழகா டிசைன் செய்யப்பட்டிருக்கு...

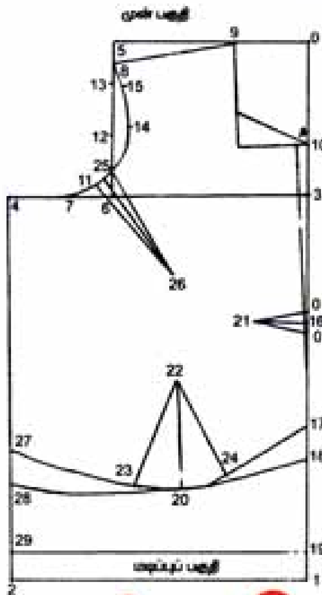


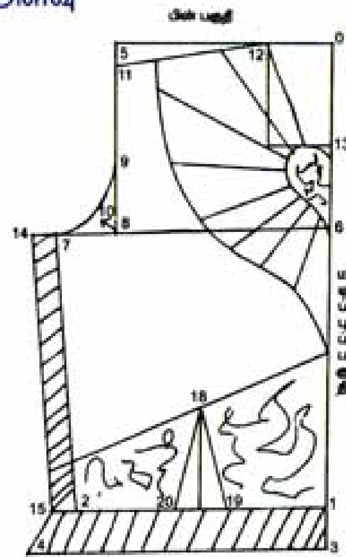


இதோட அளவுகள் :

நீளம் - 38 செ.மீ.
மார்பளவு - 92 செ.மீ.
இடுப்பு - 71 செ.மீ.
தோள் பட்டை - 36 செ.மீ.
கை நீளம் - 27 செ.மீ.
கைவளைவு - 24 செ.மீ.
ஆர்ம்ஹோல் - 48 செ.மீ.

வெட்டத் தேவையான மாதிரி அளவு



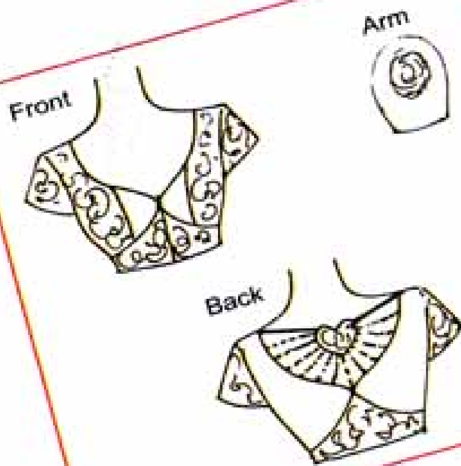


ஸ்வீட் ஹார்ட் டிசைனர் ப்ளவுஸ்!

நீளக் கழுத்து, அகலக் கழுத்து, ஒல்லிக் கை, சற்று பருமனான கை இதெல்லாம் இருந்தா எப்படி பிளவுஸ் போடலாம்னு பார்த்தோம் இல்லே... இந்த இதழ்ல... மார்புப் பகுதிக்கு எப்படி பிளவுஸ் தைக்கணும்னு பார்க்கலாம்.

சில பெண்களுக்கு மார்புப் பகுதி அவ்வளவு வளமா இருக்காது. கடைகள்ல 'ரெடிமேட் கப்ஸ்' கிடைக்கும். அதை வாங்கி ரவிக்கையோட அட்டாச் செய்யலாம். 'கப்'லேயே லைனிங் துணியும் இருக்கும். 'புஷ் அப் பிரா'வும் கடைகள்ல கிடைக்கும். அதை உபயோகிச்சாலும் நல்ல ஷேப் கிடைக்கும்.

பெரிய பெரிய மோடிஃப்களை ரவிக்கைகள்ல வைத்துத் தைக்கலாம். (அதாவ் பூ, மாங்காய், இலை போல) ஹெவியா பிரிண்ட் பண்ணின துணி, கட்டங்கள் போட்ட துணி இவைகள்ல பிளவுஸ்

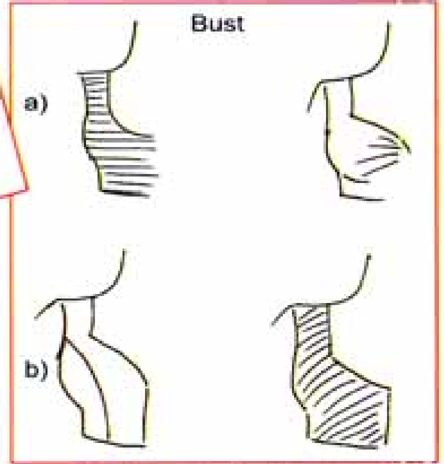


தைச்சா எடுப்பா காட்டும். தோள் பட்டையிலிருந்து பஃப் போல வைக்கலாம். பெரிய கட்டம் போட்ட துணியில் பிளவுஸ் போட்டு காண்ட்ராஸ்ட் கலர்ல பிளெயின் புடைவை கட்டிட்டு வந்தா, தேவதை போல இருப்பீங்க.

உங்க பிளவுஸோட முன் கழுத்துப் பகுதியை கொஞ்சம் அகலமாக்கி தைச்சுக்கிட்டா... எந்தக் குறையும் இல்லாம எடுப்பா இருக்கும். தைரியமா அப்ளிக் வேலை, பாட்ச் வேலை செய்த பிளவுஸ்கள் போடலாம்... கிரஷ்டு மெட்டீரியல் துணியும் உங்களுக்குப் பொருத்தமா இருக்கும்.

மார்புப் பகுதி கொஞ்சம் பெரிதாக இருந்தா, பெரிய மோடிஃப் எல்லாம் தவிர்த்துவிடலாம். உங்க பிளவுஸ் டிசைன் முன்பக்கம், முதுகு பார்டர்லேருந்து தோள் பட்டை வரைக்கும் ஒரே சீரா இருக்கட்டும். 'பிரின்சஸ் கட்'னு கேட்டா உங்க டெய்லருக்குத் தெரியும். அதைத் தோள் பட்டையிலிருந்தோ அல்லது ஆர்ம்ஹோலில் இருந்தோ இடுப்பு வரை கட் செய்து பிளவுஸ் தைக்கச் சொல்லுங்க...

டார்க் நிற ப்ளெயின் புடைவைக்கு, அதைவிட லேசான



நிறத்தில் ரவிக்கையின் உடல் பகுதி, அதையும் விட லேசான நிறத்தில் கைப்பகுதி போட்டு பிளவுஸ் தைச்சுப் பாருங்க... சூப்பர்! செல்ஃப் டிசைன் துணியில பிளவுஸ் போடறப்போ அந்த டிசைன் உடல், கைப்பகுதிகள் வளைந்து (ஜிக்-ஜாக்) வர மாதிரி தைக்கணும். ஜரிகை பார்டர்னா புடைவையிலும் சரி, ரவிக்கையிலும் சரி, அகலம் நிறைய வைக்க வேண்டாம்.

சுடீமஸ், டீனேஜர்ஸ், ஏன் பெரியவங்க எல்லோருமே இப்ப சுரிதீஸ் விரும்பிப் போடறீங்கதானே? அதுல புது டிசைன்ஸ், டிப்ஸ் இனி அடுத்து வருகிற இதழ்கள்ல பார்க்கலாமா?

நன்றி : இன்ஸ்டிடியூட் ஆஃப் டிஸைன், சென்னை -34.
படங்கள் : ஸ்ரீஹரி



சிக்குபுக்கு சிம்ரன்!

இரயில் பயணத்தை எளிதாக்கவும், பயணிகளின் சிரமங்களைக் குறைக்கவும், அவர்கட்கு பல்வேறுவித வசதிகளை இந்திய இரயில்வே நிர்வாகம் செய்து வருகிறது. தற்போது கூடுதலாக இரயில் வந்துகொண்டிருக்கும் இடம், மற்றும் இரயிலின் வேகம், நேரம் போன்ற தகவல்களைப் பெற உதவிடும் வகையில் 'சிம்ரன்' என்ற வசதியை இந்திய இரயில்வே அறிமுகப்படுத்தி உள்ளது. 'நிலவைக் கொண்டு வா!' என்று ஆடிய சிம்ரன் அல்ல. ''சாட்டிலைட் இமேஜினிங் ரயில் நேவிகேஷன் - Satellite Imagining Rail Navigation என்பதன் சுருக்கமே 'சிம்ரன்'!

இந்த வசதியைப் பெறும் இரயில்களின் ஒவ்வொரு அசைவும் GPS உதவியுடன் இன்டர்நெட் மூலம் கண்காணிக்கப்படும்.

டில்லியில் இருந்து புறப்படும் சதாப்தி மற்றும் ராஜதானி இரயில்களில் சோதனை முறையில் இந்த வசதி ஏற்படுத்தப்பட்டு பரிசீலிக்கப்பட்டு வருகிறது.

- கே. வெங்கடேசன், சேலம்.



இரண்டாவது இன்னிங்ஸ்!

லலிதா சேதுராமனுக்கு வயது அறுபத்தியெட்டு. பேரன், பேத்திகளோடு கொஞ்சிப் பொழுது கழியவே நேரம் சரியாக இருக்கும். ஆனால், இந்த வயதிலும் அவர் பண்டிதர் பட்டம் பெற சமஸ்கிருதம் பயின்று வருகிறார்.

''பாரம்பரியம் மிக்க நீதிபதிகள் குடும்பத்தில் பிறந்தவள் நான். என்னையும் வக்கீலுக்குப் படிக்க வைக்க நினைத்திருந்தனர். நான், பி.ஏ., பொருளாதாரம் முடித்தபோது எனக்கு வரன் வந்திருந்தது. எல்லாப் பெண்களையும் போலத் திருமணம் ஏற்பாடானதால், என் குடும்பத்தாரின் கனவுகளை நிறைவேற்ற முடியவில்லை. என் கணவர் சேதுராமன். தமிழ்நாட்டில் அந்தக் காலத்தில் போக்குவரத்துத் துறையில் கொடிகட்டிப் பறந்த கும்பகோணம் 'ராமன் அண்ட் ராமன்' கம்பெனியின் நிர்வாக இயக்குநர். அகில இந்திய அளவில் புகழ்பெற்ற கல்வெட்டியல் ஆய்வாளர். தற்போது அவர் இல்லை.

''நிறைய வேலைகளின்போது யாருமே தனிமையை உணருவதில்லை. ஒரு கட்டம் வரும். அப்போது எல்லாமே நம்மிடமிருந்து சற்று விலகிப் போகும். பெண்களுக்கு அப்படி ஒரு கட்டம் நாற்பத்தைந்து வயதுக்கு மேல் வருகிறது. இது இயல்பானது. அந்தக் கட்டத்தில்தான் ஒரு பெண் தன் வாழ்க்கையை சுறுசுறுப்பானதாக மாற்றிக்கொள்ள வேண்டும். இனி இவ்வளவுதான் என்று மூலையில் முடங்கிவிடக்கூடாது. படிப்பு, சுய சம்பாத்தியம், சமூகப் பணி என்று ஏதேனும் ஒரு நற்செயலில் ஈடுபடணும்'' எனும் லலிதா, 'ஈவ்ஸ்' என்கிற சமூக அமைப்பு நடத்தி வருகிறார்.

''இதுவரை நானூறு இலவசத் திருமணங்கள் நடத்தியுள்ளோம். முதியோர் இல்லம் ஒன்றும் நடத்தி வருகிறோம். இந்தி மொழியில் எம்.ஏ. தேர்ச்சி பெற்றுள்ளேன். காந்தியச் சிந்தனையில் எம்.ஏ. பட்டம். இரண்டு எம்.ஏ. பட்டம் பெற்றும் என் படிப்பு தாகம் தீரவில்லை. மதுரை காமராசர் பல்கலையில் அஞ்சல் வழிக் கல்வி வாயிலாக சட்டப் படிப்பில் தேர்ச்சி பெற்று என் பெற்றோரின் கனவை, நிஜமாக்கிவிட்டேன். தற்போது சமஸ்கிருதமும் படித்து வருகிறேன். எப்படியோ என்னுடைய வாழ்வின் இரண்டாவது இன்னிங்ஸ், சிக்சர்களும் பவுண்டரிகளுமாக கலகலப்பாக ஓடிக் கொண்டிருக்கிறது!'' என்கிறார் லலிதா சேதுராமன்.

கட்டுரை, படம் :
ஸ்ரீரங்கம் திருநாவுக்கரசு

காதலர் தினம்... நம் நாட்டை விட மேலைநாடுகளில்தான் சிறப்பாகக் கொண்டாடப்படுகிறது. ஆனால், இதில் ரோஜாக்கள் பரிமாற்றம் நிகழ உதவுவது நாம்தான் என்ற உண்மை உங்களுக்குத் தெரியுமா?

கிருஷ்ணகிரி மாவட்டத்தில் உள்ள ஒசூர், தளி, தேன்கனிக் கோட்டை, கெலமங்கலம், சூளகிரி பகுதிகளில் மலர் உற்பத்திக்கு ஏற்ற தட்பவெப்ப நிலையும் ஆரோக்கியமான மண்வளமும் உள்ளது.

விமோலியம், ஆந்தூரியம், ஜெப்ரா, கோல்டு ஸ்ட்ரோக், கோல்டன், நரங்கா, ஸ்கைலைன், வொர்சினியா, ஹரிசம், ஜெவின்ட், கார்வெட்டா, பலஸ், பேஷன் டிராபிகல், ராகுவல், கார்வெட் போன்ற நூற்றுக்கும் அதிகமான ரோஜாக்கள் இங்கு உற்பத்தி செய்யப்பட்டு, மெகா



• தரம் பிரிக்கப்படும் ஏற்றுமதிரக ரோஜாக்கள்!



காதல் ரோஜாவே!

ஒசூரை அடுத்த அமுதகானப் பள்ளியில் உள்ள அரசு நிறுவனமான டான்ப்ஃளோராவிலிருந்து தான் ஆண்டுக்கு 70 மில்லியன் ரோஜாக்கள் ஆஸ்திரேலியா, பிரிட்டன், கனடா, ஜப்பான் உட்பட பல வெளி நாடுகளுக்கு ஏற்றுமதி செய்யப்படுகின்றன.

தொட்டிகளில் வைத்து தரம்பிரிக்கப்பட்டு, குளிர்சாதன அறையில் பாதுகாத்து, பிறகு ஏற்றுமதி செய்கின்றனர்.

நமது ஒசூர்ப் பகுதி ரோஜாக்களுக்கு மேலைநாட்டில் நல்ல வரவேற்புள்ளதால், காதலர் தினம் தவிர, அன்னையர் தினம் மற்றும் கிறிஸ்துமஸ் ஆகியவற்றுக்கும் ஆர்டர்கள் குவிகின்றன.

- ராஜி ராதா, பெங்களூரு.

தயாராகிவிட்டது!

ஆண்டு மலர்
புது வரவுகள்!











துமையான போட்டி-பரிசுப் பெட்டிகள்!

கோகுலம்

ரவரி 2008 விலை ரூ.8/-

குழந்தைகளின் குதூகலம்!



லக்ஷ்மி முதல் துளசி வரை!

பெண்கள் காலை எழுந்தவுடன் செய்ய வேண்டிய காரியங்களும், அதற்கு முன் கூற வேண்டிய ஸ்லோகங்களும்...

1. கர தரிசனம் :

உள்ளங்கை பார்த்தல்

கராக்ரே வஸதே லக்ஷ்மீ கரமத்யே சரஸ்வதி
கரமூலே து கோவிந்த: ப்ரபாதே கரதர்சனம்

2. பூமி பிரார்த்தனை :

நமோஸ்து ப்ரியத்தாயை துப்யம்தேவி வஸுந்தரே
த்வம் மாதா சர்வலோகானாம் பாதஸ்பர்ஸ க்ஷமஸ்வமே

3. பதிமுக தர்ஸனம் :

பதிர்பிரம்மா பதிர்விஷ்ணு : பதிரேவ மஹேஸ்வர :
பதிஸ்ஸாக்ஷாத் பரப்ரம்ஹ தஸ்மை ஸ்ரீபதயே நம :

4. ப்ராதஸ்மரணம் (காலை பிரார்த்தனை)

ப்ராதஸ்மராமி மம பர்த்ரு பதாரவிந்தம்
ஸம்ஸார பாரமதி கந்து மமோகபோதம்
சத்யம் பதில்ரதபரா ஸததாம் அபிவந்த்யம்
பாவேனே யாமி சரணம் சரணம் பதேஸ்து



5. சதீநாமஸ்மரணம்
அஹல்யா த்ரௌபதி சீதா தாரா மண்டோதரி ததா
பஞ்ச கன்யா : ஸ்மரேன் நித்யம் மஹாபாதக நாஸனம்
உமா உஷா சவைதேஹி ரமா கங்கேதி பஞ்சகம்
ப்ராதஸ்மராமி சததம் மஹாசௌபாக்ய தாயகம்

6. குங்குமதாரண மந்திரம்
ரமா அபர்ணா சாவித்ரி வைதேஹி ச அருந்ததி
சௌபாக்யாய நமஸ்க்ருத்ய குங்குமம் தாரயாம்யஹம்

7. ஸ்நானம் செய்வதற்கு முன் மந்திரம்
கங்கே ச யமுனே சைவ கோதாவரி சரஸ்வதி
நர்மதே சிந்து காவேரி ஜலேஸ்மின் சந்நிதிம் குரு

8. ஸௌபாக்ய திரவிய தாரணம் :
ஹரித்ரா குங்குமம் சைவ சிந்தூரம் கஜ்ஜலம் ததா
கூர்ப்பாஸகம் ச தாம்பூலம் தாடங்கம் கண்டசூத்ரகம்
நாஸிகாபரணம் காசவலயம் புஷ்பசேகரம்
பாதாங்குலீயகம் ச இதி மாங்கல்ய ஆபரணாணிவை
த்வாதசைதானி நாரீணாம் சௌமங்கல்ய ப்ரதானிச
சௌபாக்யாய நமஸ்க்ருத்ய தாரயாம்யஹம் ஆதராத்
(பன்னிரண்டு சௌபாக்ய திரவியங்கள்)

9. துளசீ நமஸ்காரம்
மஹாப்ரஸாத ஜனனீ ஸர்வ சௌபாக்ய வர்தனீ
ஆதிவ்யாதிஹர நித்யம் துளசீத்வாம் நமாம்யஹம்

-ஆர். பத்மா ரவிசங்கர், சென்னை - 28.

சமீபத்தில் லண்டனில் ஒரு வாரம் தங்கி சுற்றிப் பார்த்து விட்டு வந்தேன். எங்கள் வெளிநாட்டுச் சுற்றுலா மிகவும் ரசிக்கும்படி இருந்தது என்றாலும், 'பாத் சிட்டி' என்னும் சுற்றுலா மையத்தை மட்டும் என்னால் மறக்க முடியவில்லை. காரணம், அங்கே நடந்தது தெய்வ தரிசனம்!

லண்டன் நகருக்குச் சற்றுத் தொலைவில் உள்ள கிளாஸ்டருக்கு அருகே 'பாத் சிட்டி.' என்னும் டூரிஸ்ட் ஸ்பாட் உள்ளது. நாங்கள் காலை ஒன்பது மணிக்கே

ஆவி வந்துகொண்டிருக்கிறது.

கீழ்த்தளம், மேல் தளம் என்று பல பகுதிகள். ராஜா வுக்கு ஒரு குளம், ராணிக்கு ஒரு குளம் என்று கட்டியுள்ளனர். முன் காலத்தில் பொது மக்கள் அங்கு வந்து, அங்குள்ள கடவுள் ''ஜூலியஸ் மினர்வா'' என்பவரைத் தரிசித்துவிட்டு குளத்தில் காசுகளை விட்டு எறிவார்களாம். அவற்றை எடுத்துச் சுத்தம் செய்து, காட்சிப் பொருளாக வைத்துள்ளனர். மக்கள் குளத்தில் (நம்மூர் புஷ்கரணி போல்) குளிப்பதற்கு முன் இரண்டு இடங்களில் எண்ணெய் மசாஜ் செய்து



■ ஸ்ரீமுஷ்ணம் பெருமாள்

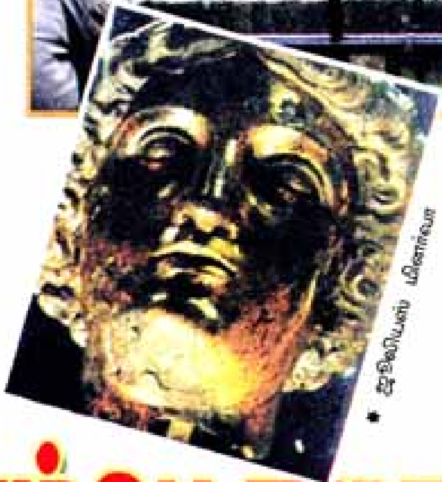
எங்கேயும் இருக்கும்

ஒரு வாகனம் ஏற்பாடு செய்துகொண்டு புறப்பட்டோம். சுமார் ஒன்றரை மணி நேரப் பிரயாணத்தில் அந்த இடத்தை அடைந்தோம். இந்த இடம் ரோமானியர்களால் 3000 வருடங்களுக்கு முன்னர் நிர்மாணிக்கப்பட்டது. நம்மூர் பெரிய கோயில்களைப் போல அனைவரும் சென்று வழிபடும் இடமாக இருந்தது. நம் கோயில்களைப் போலவே கருங்கற்களால் கட்டப்பட்டது. இங்கு வெந்நீர் ஊற்று உள்ளது. அதனைப் பெரிய குளமாகக் கட்டி வைத்துள்ளனர். இன்றும் அதிலிருந்து

கொண்டு பின்னரே குளத்தில் இறங்க அனுமதிக்கப்பட்டனர். அவ்வளவு புனிதமாகப் பாதுகாக்கப்பட்டது. இன்றும் அந்த நீரை மக்கள் பருக தருகின்றனர். குளத்திலிருந்து வெளியேறும் தண்ணீரை வேறொரு வழியாக வெகுதூரத்தில் கடலில் சென்று கலக்குமாறு வழி அமைத்துள்ளனர். ஆங்காங்கே சிற்பங்களும், அதன் விளக்கங்களும் எழுதப்பட்டுள்ளன. இதன் விளக்கத்தை அறிய, நுழையும் போதே நம்மிடம் ஒரு ஆடியோ செட்டைத் தந்து விடுகின்றனர். அதனைக் கழுத்தில்



• பிரம்மாண்ட பாத் சிட்டி



• [illegible] மினர்வா

விஷ்ணு தசாவதாரத்தில் மூன்றாவது அவதாரமான வராக அவதாரம் எடுத்து அசுரன் எடுத்துச் சென்ற பூமியை மீட்கப் புறப்பட்டார். அந்த பகவானை நாம் தென்னிந்தியாவில் தென்னார்க்காடு மாவட்டத்திலுள்ள ஸ்ரீமுஷ்ணம் க்ஷேத்திரத்தில் தரிசிக்கலாம். ஸ்ரீமுஷ்ணம் ஸ்வயம்வக்த க்ஷேத்திரம்; அதாவது பகவான் தானாகவே தோன்றியது. எட்டு

எம்பெருமான்!

மாட்டிக் கொண்டு, பார்க்கும் இடங்களில் உள்ள நம்பரை அழுத்தி 'ஆன்' செய்தால் விஷயங்கள் கூறப்படுகின்றன. எல்லாவற்றையும் ரசித்து, கவனித்துக் கொண்டே இடப்புறமாகத் திரும்பினேன்.

முதல் ஹாலில் எதிரே 2 அடி உயரத்தில் காட்சியளித்தவர் யார் தெரியுமா? சாட்சாத் ஸ்ரீ வராகப் பெருமாள்! முகத்தை இடது புறம் திருப்பி இரு கைகளையும் இடுப்பில் வைத்துக்கொண்டு சேவை சாதிக்கிறார். பார்த்தவுடனேயே நான் 'நம்ம பெருமாள்' என்று கத்திவிட்டேன். மஹா ஸ்வயம்வக்த க்ஷேத்திரங்களில் ஸ்ரீமுஷ்ணமும் ஒன்று.

மூவாயிரம் வருடங்களுக்கு முன்பே லண்டன் அருகே தோன்றியுள்ளார் என்பதை நோக்க 'பகவான் சர்வ வியாபி' என்பதை நிரூபணமாக்குகிறது.

- அம்புஜம் ஸ்ரீனிவாசன்,
நங்கநல்லூர்.



தபாலில் வந்த நிரஞ்சனாவின் அறுபதாம் கல்யாணப் பத்திரிகையைப் பிரித்ததுமே, சாந்தாவின் உள்ளத்தில் ஆயிரம் ஆயிரம் பட்டாம்பூச்சிகள் பறந்தன. 'என் கண்ணே... நிரஞ்சனா' கண்களில் நீர் கோத்துக் கொண்டு, தளும்பி நின்றது.

சட்டென்று தன்னைச் சுதாரித்துக் கொண்ட சாந்தா... அழைப்பிதழில் பார்வையை ஓட விட்டாள்...

நிரஞ்சனா, சாந்தாவின் இளைய சகோதரி... அவள் தங்கை என்பதை விட உற்ற தோழி... ஒரே தட்டில் சாப்பிட்டு, ஒரே பாயில் படுத்து... சிரிப்பும் குறும்புமாக இணைபிரியாமல் திரிந்த நாட்கள்தான் எத்தனை இனிமை!

ம்... அதெல்லாம் பழைய கதையாகி விட்டது... பாசத்தைக் கொட்டிப் பழகிய அவர்களை, சாந்தாவின் அபரிமிதமான அழகு பிரித்து விட்டது.

பளீரென்ற உறுத்தாத நிறமும்... 'நா. பார்த்தசாரதி'யின் கதையில் வருவது போல... ''பார்ப்பதற்கு என்று இல்லாமல்... பார்க்கப்படுவதற்காகவே அமைந்த கண்களும்... பேசுவதற்கு இல்லாமல் பேசப்படுவதற்காகவே அமைந்த உதடுகளும்'' சாந்தாவைத் தனித்துக் காட்டியது. அந்த உயரமும், ராஜகுல பெண்களைப் போன்ற நளினமும்... அடர்த்தியான நீண்ட கூந்தலும்... ராஜாராமை கவர்ந்ததை விட, அவனது அம்மா பார்வதியை மிகவும் கவர்ந்து விட, மறு மாதமே திருமணம் நடந்து விட்டது. எழுதப்படாத ஒப்பந்தப்படி... அவள் அந்த வீட்டின் கொத்தடிமை ஆனாள்...

திருமணத்தன்றே... சாந்தாவின் அப்பா பிரியத்துடன் தேர்ந்தெடுத்து வைத்திருந்த நந்தினி என்ற பெயர் நியூமராலஜிப்படி சரி என்ற காரணத்தால் சாந்தா என்று மாற்றப்பட, அம்மாவின் கெஞ்சல் கண்களில் வழிந்தோடும் பாசத்தில் மறுத்துப் பேச முடியாமல் மௌனியானாள் சாந்தா...



லட்சுமி நடராஜன்

அன்றிலிருந்தே ஆரம்பித்த அதிர்ச்சி... ஒரு பெரும் தொடர்கதையாகிப் போனது... பெரிய வீடு, வெளிநாட்டுக் கார், புது அட்டிகை போல சாந்தாவும் அந்த வீட்டின் கௌரவப் பொருளாகிப்போனாள்.

சாந்தாவின் அப்பா ஒன்றும் பஞ்சப் பராரி இல்லைதான் என்றாலும்... ராஜாராமின் வீட்டினரின் அலட்டலான

பணக்காரத்தனத்துக்கு ஈடுகொடுக்க முடிய வில்லை.

அப்புறம்...?

அப்புறம் என்ன! சிறிது சிறிதாக ஏதோ



அவள் தந்த பரிசு!

பிரச்னைகளை வேண்டுமென்றே பெரிய தாக்கி சாந்தாவை மொத்தமாகவே பிரித்து விட்டார்கள். அதிலெல்லாம் பார்வதியை அடித்துக் கொள்ள ஆள்.. ம்ஹூம்... கிடையவே கிடையாதே... 'தன்னால் எதற்கு அப்பா அம்மா மனசுக்குக் கஷ்டம்' என்று முடிவு செய்து கொண்ட தினுசில்... சாந்தாவும் தன்னைத்தானே குறுக்கிக் கொண்டாள்... அவளுடைய துரதிர்ஷ்டம்... அது அவளது மனப்பாங்கே மாறிவிட்டது போல ஊராருக்குத் தெரிந்தது.

''யாரு சாந்தாவா? ஆளே மாறிட்டாளே! யாரையும் மதிக்கறதில்லே! யார் கூடவும் ஒட்டறது இல்லை. கூடப் பிறந்த தங் கச்சியை கால் தூசு மாதிரி பார்க்கிறா!'' என்று என்னென்னவோ பேச்சுகள்... எதைப் பற்றியும் சாந்தா அதிகம் கவலைப்படவில்லை. உண்மையில் அவளது அழகும், பாங்கும் பார்வதி வீட்டின் ஸ்டேடஸ் சிம்பலுக்கு மட்டுமே! எனப் புரிந்து கொள்ளாத பிறந்த வீட்டினரை நினைத்து உள்ளுக்குள்ளேயே மருகினாள்.

பிறந்த வீட்டுக் கல்யாணங் களுக்கு பார்வதியுடன் சென்று பார்வதியுடனே வந்துவிட வேண்டும் சாந்தா. யாரிடமும் மனம் விட்டுப் பேசிவிட முடியாது. பார்வதி கண்கொத்திப் பாம்பாகக் கவனித்துக் கொண்டிருப்பாள். பகட்டாக பெரிய 'பிரசென்ட்' செய்து எல்லோரையும் அசரவைத்துவிட்டு, பிறகு வீட்டில் வந்து அதைப் பற்றியே போவோர் வருவோர் எல்லோரிடமும் பேசி... அலட்டிக் கொள்வாள்.

''ந க்ரோதோ நத மாத்சர்யம்' என்று சஹஸ்ர நாமத்தை உதடுகள் உச்சரித்தாலும்... அந்தக் கண்களின் உருட்டலும், அழுந்த பற்களைக் கடித்து அம்பு போல வெளிவிடும் வார்த்தைகளும் சாந்தாவை வெருட்டின.

கிட்டத்தட்ட ஒரு ஜடப்

பொருளைப் போல, குடும்ப வாழ்வில் ஈடுபட்டுள்ள சந்நியாசினியைப் போல... மாறிப் போனாள் சாந்தா....

நிரஞ்சனாவிற்கும் திருமணம் ஆனது. வழக்கம் போல, இயந்திரத்தனமான முறையில் கலந்து கொண்டு... ம்... என்ன சொல்லி என்ன, என்ன பேசி என்ன...? கடந்து போன காலம் வருமா இனி...?

இப்போது பார்வதியும் போய்ச் சேர்ந்து விட... இனிமேல் போய் பிறந்த வீட்டில் யாரிடம் போய் எப்படி ஒட்டுவது? மனசே கல்லாக இறுகிப் போன பிறகு அதிலிருந்து மலர்கள் பூத்துச் சொரியுமா என்ன?

பார்வதியின் மறைவிற்குப் பின்... முதன் முதலாக, பிறந்த வீட்டு விசேஷம்... சாந்தா தனியாகச் செல்வதற்கு நல்லதொரு சந்தர்ப்பம். நிரஞ்சனா... நீரு... என் கண்ணே... என் அருமைத் தோழியே... உன்னால் கூட என்னைப் புரிந்துகொள்ள முடியவில்லையா...? மனம் கனத்துப் போக கண்ணில் நீர் மறைக்க மறுபடியும் பத்திரிகையைத் திரும்பத் திரும்பப் படித்தாள்...

மணிவிழா நாளும் வந்தது. ராஜா ராமனுடன் சாந்தா நேரே கல்யாண மண்டபத்துக்குப் போனவுடன், ''என்ன சாந்தா... அதிசயம், ஹோட்டல்லே தங்கி விட்டு, கரெக்ட் டயமுக்கு 'நச்'சென்று வந்து இறங்கிவிட்டு, உடனே புறப்பட்டு போவியே... என்ன இது அதிசயமா இருக்கு..?'' உறவினர்களின் நக்கல் பேச்சைப் பொருட்படுத்தாமல் தன் தங்கையையே பார்த்தபடி நின்றாள் சாந்தா.

ஆயிற்று... கலகலப்பாக திருமாங்கல்ய தாரணமும் ஆனது...

ஒரு பெரிய வெள்ளித் தட்டில் அழகாக அடுக்கியப் பொருட்கள் சாந்தாவின் கையில்...

''என்ன சாந்தா அது...! ஊசி... நூல்... கண் மை... சாந்து... சட்டைக்கு போடற பின்... சின்ன கத்திரின்னு நினுசு நினுசா...''

''அட, பெரியம்மா... ஆர்ட்டிஸ்டிக்கா அறுபதாம் கல்யாணத்துக்கு வீட்டுக்கு நித்யபடி உபயோகிக்கற அறுபது பொருளை அழகா அலங்கரிச்சுக் கொண்டு வந்திருக்காளே...'' நிரஞ்சனாவின் பெண் பெரிய குரலில் வியந்து போய்ச் சொல்ல...

தட்டை வாங்கிக் கொண்ட நிரஞ்சனா... சாந்தாவின் முகத்தையே பார்க்க.... அந்தக் கண்களில் தெரிவது... என்ன...???

அக்காவின் தட்டில் என்னவோ விசேஷம் இருக்கே...! அந்தக் கண்களில் தெரிவது என்ன...?

அந்த எண்ணமே மனதை உறுத்த... சட்டென்று தோன்றிய நினுசில் தட்டில் உள்ள பொருள்களை எண்ணினாள் நீரு...

அட.... ஐம்பத்து ஒன்பது.. ஆம் ஐம்பத்து ஒன்பது... மட்டுமே...

''நந்தினி...'' பெரிய குரல் எடுத்து ஓடிவந்து சாந்தாவை கட்டிக் கொண்டாள்... நீரு...

''நான் தெரிஞ்சுக்கிட்டேன் நந்து... அந்த அறுபதாவது பொருள் உன்னோட மனசு... உன்னோட அன்பு... எனக்கும் உனக்குமே உண்டாயிருந்த நட்பு... தெரிஞ்சுக்கிட்டேன்!'' தழுதழுத்தபடி பேசிய நிரஞ்சனாவைக் கட்டிக் கொண்டு விம்மினாள் சாந்தா.... இல்லை இல்லை... நந்தினி... ●



ஒரு வீட்டு வாசலில் பலகையில் எழுதியுள்ள வாசகம் :

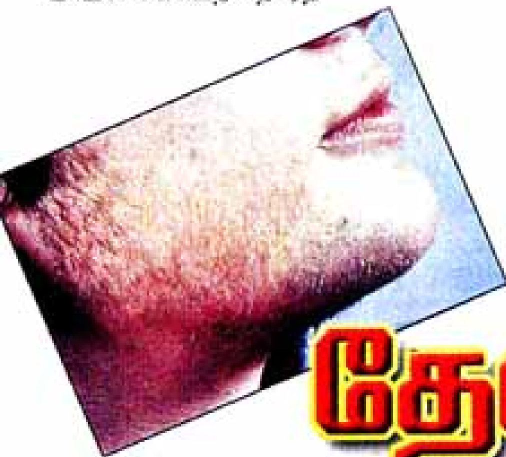
BEWARE OF DOG
AWARE OF GOD

- ஜே. ஆனந்தி,
சென்னை - 24.

தேவையற்ற

“எனக்கு ஆம்பளைங்களுக்கு மீசை, தாடி வளர்ற மாதிரி முடிவளருதும்மா.. என்னால வெளியிலே தலை காட்ட முடியலை!” - இப்படி இளம்பெண்கள் தாயிடம் முறையிடுவது ரொம்ப சர்வசாதாரணமாகிவிட்டது.

முகத்தில் தேவையில்லாமல் வளரும் முடி, வெளியில் சகஜமாகப் பழக முடியாமல் சங்கடத்தை ஏற்



படுத்துவது ஒருபுறமிருக்க, உடல்ரீதியான பிரச்னைகள் சிலவற்றைக் கொடுக்கிறது.

மனித உடலின் முடி வளர்ச்சியைக் கண்ட்ரோல் செய்வது ஹார்மோன்கள் தான்! அதிலும் ‘டெஸ்டோஸ்டீரான்’ என்ற ஹார்மோன்கள் மிகவும் முக்கியமானவை. மற்ற ஹார்மோன் ஏதாவது கோளாறு செய்து இதன் அளவை மாற்றினால்கூட முடிவளர்ச்சி மாறுபடும்.



பருவ வயதில் ஆண்களுக்கு விந்துப் பையிலிருந்து டெஸ்டோஸ்டீரான் அதிகமாகச் சுரப்பதால் மீசை, தாடி வளர்கிறது. டெஸ்டோஸ்டீரான் ஆண்களின் ஹார்மோன் என்றாலும் பெண்களுக்கும் இருக்கும். ஆனால், அளவில் மிகக் குறைவாகச் சுரக்கும். பெண்களுக்கு மீசை, தாடி வளர்கிறது என்றால் அவர்களுக்கும் அதிகமாகச் சுரக்கிறது என்பது தெளிவாகிறது அல்லவா!

ஒருசில குடும்பங்களில் பரம்பரையாக இருக்கலாம். ஆனால் வளர்ச்சி அவ்வளவு கடுமையாக இருக்காது. வளர்ச்சி அதிகம் இருந்தால் தைராய்டு சுரப்பிக் கோளாறு அல்லது சினை முட்டைப் பையில் நீர்க்கட்டிகள் இருக்கலாம்.

யதேச்சையாக தீட்டு சரியாக வருவதில்லை என்று ஸ்கேன் செய்து பார்த்தால், Polycystic ovaries இருப்பது தெரிய வரும். இந்தப் பிரச்னை இருக்கும் இளம் பெண்கள் பெரும்பாலும் தேவையற்ற இடங்களில் முடி வளர்ச்சியுடன் இருப்பார்கள். இரத்தப் பரிசோதனையில் டெஸ்டோஸ்டீரான் அளவு கூடி இருப்பதும் தெரிய வரும்.

காக்காய் -வலிப்பு மாத்திரைகள் மற்றும் கருத்தடை மாத்திரைகளைத் தொடர்ந்து

இதன் அடுத்த வேலை, தலையில் உள்ள முடியைப் பதம் பார்ப்பது! ஆண்களுக்கு இளம்வயதிலேயே வழுக்கை விழக் காரணமாக இருப்பதும்



★ முடி முழுவதும் கொட்டிய நிலையில்...



★ சிகிச்சைக்குப் பின்...

முடி ஏன்?

உபயோகித்தால் அட்ரீனல் சுரப்பியில் கட்டிகள் வரலாம். மேலும், மனநலம் குன்றி மருந்து சாப்பிட்டவர்களுள் பலர் இக்குறையுடன் இருப்பதைப் பார்க்கலாம்.

மாதவிடாய் நிற்கும் பருவத்தில் சில பெண்களுக்கு ஹார்மோன்களின் மாற்றம் முடிவளர்ச்சியைக் கொடுக்கும். பெண்களுக்கு டெஸ்டோஸ்டீரான் அளவு சற்று அதிகமானால் போதும் முகம், கை கால்கள், நெஞ்சு, வயிறு போன்ற பகுதிகளில் உள்ள முடியின் வளர்பருவத்தை அதிகப்படுத்திவிடும்.

இந்த ஹார்மோன்தான். சில எதிர்வினைகளை தலையின் பின் பகுதியில் உண்டாக்கி, மயிர்க் கால்களைச் சிதைய வைத்து விடும். ஆனால் தேவையற்ற இடங்களில் பிரமாதமான வளர்ச்சியைக் கொடுத்து விடும். எண்ணெய் தேய்த்தால் மண்டை தெரிகிறது என்று வேதனைப் பட வைக்கும் அளவுக்கு முடிகொட்டிப் போகும்.

அனாவசிய முடி வளர்ச்சி

டாக்டர் ஆர்.ஞானசம்பந்தம்

என்றாலே முதல் முயற்சி பிடுங்குவது தான். அப்புறம் மஞ்சள் தேய்த்தல், ஹேர் ரிமூவர், ஸ்பெஷியல், வாக்ஸிங், எலெக்ட்ரோலைசிஸ், கடைசியாக லேசர் ட்ரீட்மெண்ட் என்று முடிவுக்கு வருவார்கள். பெரும்பாலும், ஏன் வளர்கிறது என்று ஆராய்ந்து அந்தக் குறையை நிவர்த்திக்க நினைப்பதே இல்லை. மயிர்க்கால்கள் தூண்டப்பட்டால் முடி வளர்ந்துகொண்டேதான் இருக்கும். முடியைப் பிடுங்கினாலோ அல்லது மருந்துக் கலவைகளைத் தடவி விழ வைத்தாலோ மயிர்க்கால்கள் புண்பட்டு தழும்புகள் விழலாம். அதோடு மட்டுமில்லாமல் அருகில் உள்ள மயிர்க்காலைத் தூண்ட வைத்து வளர்ச்சியைக் கூட்டும். தொடர்ந்து உபயோகிக்க சருமம் கரடுமுரடாகும்!

இதற்கு நிரந்தரத் தீர்வு கிடையாதா? இருக்கிறது! பொதுவாக இக்குறைகள் தோன்றக் காரணமாக இருக்கும் நீர்க்கட்டிகள், தைராய்டு, மேலும் உள்ள காரணங்களைக் கண்டறிந்து சிகிச்சை பெற்றால் போதும். கட்டிகளுக்கு அறுவை சிகிச்சையில் நிரந்தர பலன் கிடைக்காது! ஹார்மோன்களும் கன்ட்ரோல் ஆகாது. இதற்கு ஹோமியோபதி மருத்துவத்தில் சிகிச்சை இருக்கிறது. முடிவளர்ச்சி, முடி வளராமை, நீர்க்கட்டி, தைராய்டு கோளாறு எல்லாம் ஒன்றுக்கொன்று தொடர்புடையவை. அதோடு மேலும் தொடர்புடைய சின்னச் சின்னத் தொந்தரவுகள் கூட சிகிச்சைக்கு மிக முக்கியம். அப்படி அறிந்து சிகிச்சை பெற்றால், நிச்சயமாகக் குணம் பெற முடியும்.

(அடுத்த இதழில் மிரட்டும் மாதவிடாய்க் கோளாறுகள்)



உற்சாகமாய்ப் பறக்கணுமா?

பறவைகள் இயற்கை வளத்திற்கு எவ்வளவு உதவி செய்கின்றன என ஒரு தடவை டி.வி.யில் கேட்டேன். மிகக் குறைந்த விலையில் கிடைக்கும் கம்பு, சோளம் போன்ற தானியங்களை வாங்கி, தினமும் அதிகாலையில் எங்கள் வீட்டு பால்கனியில் இறைத்தேன். ஏதோ நம்மால் ஆன ஒரு நற்செயல் என்றுதான் நினைத்தேன். ஆனால் அதுவே எனக்கு பேரானந்தத்தைத் தரும் பொழுதுபோக்காக மாறிவிட்டது.

ஜோடி ஜோடியாக பலரகத்தில் உண்ண வருகிற பறவைகளின் அழகும், உண்ணும் விதமும் என்னை மெய்மறந்து ரசிக்க வைக்கின்றன. 'கீச் கீச்' என்ற ஒலியெழுப்பி அவை மகிழ்ச்சியோடு பறக்கும்போது, நானும் அவற்றுடன் வானத்தில் பறப்பது போல உற்சாகமாக இருக்கிறது.

மனச்சோர்வு உள்ளவர்கள் இது போன்ற செயல்களைச் செய்து மனதை உற்சாகப்படுத்திக் கொள்ளலாமே!

- பி. காந்தா, ஹைதராபாத்.

அருளாசித் தொடர்-8

காகிதப் பூ

சிவப்பு, வெள்ளை, ரோஸ் என பல வண்ணங்களில் கிடைக்கக்கூடிய மலர் காகிதப் பூ. வாசனை இல்லாதது. மெல்லியது. அன்னைக்குச் சமர்ப்பணம் செய்தால், நமக்குப் பாதுகாப்பைத் தரக்கூடியது. அன்னைக்குச் சமர்ப்பணம் செய்த மலர்களில் ஓரிரண்டை எப்போதும் நம்முடன் வைத்திருப்பது, வரும் அபாயங்களை நீக்கும்.

ஸ்ரீ அன்னை

திருப்பூர் கிருஷ்ணன்

ஸ்ரீ அன்னைக்கு ஆன்மிக ஆராய்ச்சிகள் செய்யவும் தியானம் செய்யவும் ஒருநாளைக்கு இருபத்து நான்கு மணி நேரம் போதவில்லை. இறைச் சிந்தனை தவிர, வேறு எந்தச் சிந்தனையும் இன்றி வாழும் வாழ்க்கை அவரது இயல்பாயிற்று. பார்க்கப் பார்க்கத் திகட்டாத ஸ்ரீ அரவிந்தரின் தெய்விகத் தோற்றமும் தேனாய்த் தித்திக்கும் அவரது புனித நல்லுரைகளும் அன்னையின் ஆய்வுகளை அர்த்தமுள்ள தாக்கிக் கொண்டிருந்தன.

மிர்ராவின் ஆன்மிக ரீதியிலான ஒவ்வொரு சந்தேகத்துக்கும் ஸ்ரீ அரவிந்தர் பதில் சொல்லிக் கொண்டிருந்தார். மிர்ராவும் ரிச்சர்டும் ஏறக்குறைய எல்லா மாலை நேரங்களிலும் ஸ்ரீ அரவிந்தரைச் சந்தித்து உரையாடி வந்தனர். மேலும் பல அன்பர்கள் அவர்களுடன் இணைந்து கொண்டனர். ஆன்மிக ஆய்வுகளை நிகழ்த்தும் அடியார் திருக்கூட்டத்தின் எண்ணிக்கை நாளுக்கு நாள் வளர்ந்து கொண்டிருந்தது. மிர்ரா தன் வாழ்வின் பொற்காலம் போல் அந்தக் காலத்தை உணர்ந்தார்.

யோக சாதனைகள் குறித்தும் அவற்றால் பெறும் சித்திகள் குறித்தும் மந்திரங்களின் வலிமை குறித்தும் உரையாடல் நிகழ்ந்தது. பல அற்புதமான ஆன்மிக உண்மைகள் வெற்றுச் சடங்குகளாய் மாறி, மதிப்பிழந்து நீர்த்துப் போனது பற்றியும், இன்னும் எத்தனை எத்தனையோ ஆன்மிக விஷயங்களை சார்ந்தும், அவர்கள் நள்ளிரவு வரை பேசினர். போலி ஆன்மிகத்திலிருந்து உண்மை ஆன்மிகத்தை மீட்டெடுப்பது எப்படி என்று ஒன்றுகூடிச் சிந்தித்தனர். ஸ்ரீ அரவிந்தர் தலைமைப் பொறுப்பிலிருந்து ஒரு குருவாக எல்லோரையும் வழிநடத்திக் கொண்டிருந்தார்.

மிர்ராவும் ரிச்சர்டும் ஸ்ரீ அரவிந்தரைச் சந்திக்க வந்தார்கள் என்பது மட்டுமல்ல. ஸ்ரீ அரவிந்தரும் ஒவ்வொரு ஞாயிறன்றும் மிர்ராவையும் ரிச்சர்டையும் அவர்கள் தங்கியிருந்த விருந்தினர் மாளிகைக்குச் சென்று சந்தித்து உரையாடினார். அவரது அளவுகடந்த எளிமை அவர்களை இன்னும் பணிவுகொள்ள வைத்தது. அதிமனம் மண்ணில் இறங்குவதற்கான காலம்

நெருங்கிக் கொண்டிருப்பதையே அன்றைய புதுச்சேரிச் சூழல் உணர்த்தியது.

இந்திய வேதாந்தமே ஆன்மிகத்தின் பேரெல்லை என்ற முடிவுக்குத் தம் ஆராய்ச்சியின் மூலம் மிர்ரா வந்து சேர்ந்தார். தான் கண்டறிந்த அந்த உண்மையை உலகுக்கு அறைகூவிச் சொல்ல வேண்டுமே? உலக மக்கள் அனைவரும் இந்தப் புனிதப் பேருண்மையைத் தெரிந்து கொண்டு பயன்பெற வேண்டுமே? அதற்கென்ன வழி?

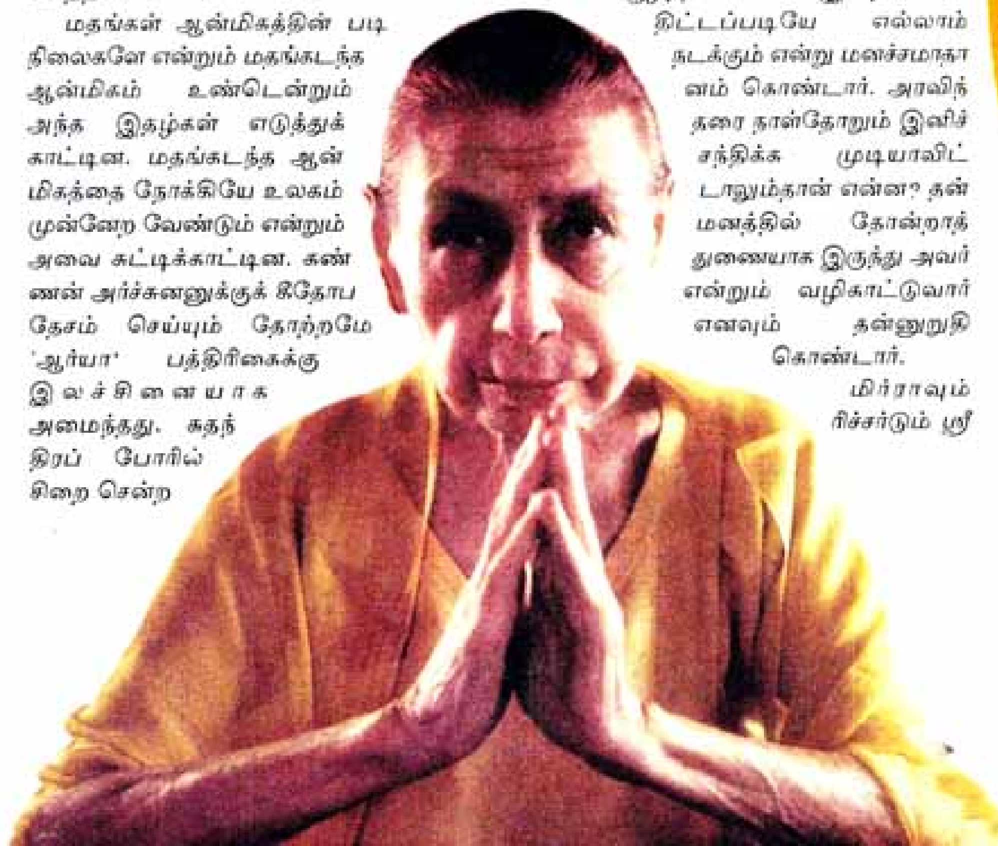
பத்திரிகை தொடங்குவதே வழி. ஆங்கிலத்தில் ஒன்றும் பிரெஞ்சில் ஒன்றுமாக இதழ்கள் தொடங்குவதென்றும் ஆங்கில இதழை அரவிந்தர் கவனித்துக் கொள்வதென்றும் பிரெஞ்ச் இதழை மிர்ரா கவனிப்பதென்றும் தீர்மானம் செய்யப்பட்டது. ஆங்கில இதழ் 'ஆர்யா' என்றும் பிரெஞ்ச் இதழ் 'ரிவ்யூ' என்றும் பெயர் பெற்றன.

மதங்கள் ஆன்மிகத்தின் படிநிலைகளே என்றும் மதங்கடந்த ஆன்மிகம் உண்டென்றும் அந்த இதழ்கள் எடுத்துக் காட்டின. மதங்கடந்த ஆன்மிகத்தை நோக்கியே உலகம் முன்னேற வேண்டும் என்றும் அவை சுட்டிக்காட்டின. கண்ணன் அர்ச்சுனனுக்குக் கீதோபதேசம் செய்யும் தோற்றமே 'ஆர்யா' பத்திரிகைக்கு இலச்சினையாக அமைந்தது. சுதந்திரப் போரில் சிறை சென்ற தமக்கு, சிறையில் காட்சி தந்த கண்ணனை ஸ்ரீ அரவிந்தர் எப்படி மறப்பார்?

புதுச்சேரியில் தேர்தலில் போட்டியிட்ட ரிச்சர்ட் தோல்வியடைந்தார். முதல் உலகப் போர் ஆரம்பித்த காலம் அது. யுத்த காலச் சிக்கல்கள் உலகெங்கும் தோன்றியிருந்தன. மக்கள் பல வகைகளில் துன்பத்தை அனுபவித்தார்கள். யுத்த நேரத்தில் புதுச்சேரியில் இருக்க வேண்டாம் என்றும் உடனே மிர்ரா, ரிச்சர்ட் இருவரையும் பிரான்ஸ் திரும்புமாறும் பிரெஞ்ச் அரசாங்கம் உத்தரவு பிறப்பித்தது. இந்த உத்தரவு மிர்ராவைச் சற்றுக் கவலையில் ஆழ்த்தியது.

தமது ஆன்மிக வழிகாட்டியான ஸ்ரீ அரவிந்தரை இவ்வளவு குறுகிய காலத்திலேயே பிரிந்து செல்ல வேண்டுமா? சாத்தியமா அது? மிர்ரா யோசனையில் ஆழ்ந்தார். பின் இறைவனின் திட்டப்படியே எல்லாம் நடக்கும் என்று மனச்சமாதானம் கொண்டார். அரவிந்தரை நாள்தோறும் இனிச் சந்திக்க முடியாவிட்டாலும்தான் என்ன? தன் மனத்தில் தோன்றாத் துணையாக இருந்து அவர் என்றும் வழிகாட்டுவார் எனவும் தன்னுறுதி கொண்டார்.

மிர்ராவும் ரிச்சர்டும் ஸ்ரீ



அரவிந்தரைச் சந்தித்துத் தகவலைச் சொன்னார்கள். அவரிடம் பிரியா விடை பெற்றுப் புறப்பட்டார்கள். யுத்தச் சூழலில் அரவிந்தர் புதுச்சேரி யில் இருக்க வேண்டாமே, அவரும் தங்களுடன் வந்துவிடலாமே என்றும் வேண்டுகோளை முன்வைத்தார்கள். அரவிந்தர் தொடர்ந்து புதுச்சேரியில் இருப்பதையே விரும்பினார்.

எதிர்காலத்தை ஊடுருவும் கண்களல்லவா அரவிந்தரின் ஞான திருஷ்டி கொண்ட கண்கள்! மறுபடி மிர்ரா புதுச்சேரி வருவார் என்பதையும் புதுச்சேரியிலேயே வாழ்ந்து தெய்விக அன்னையாக உயர்வார் என்பதையும் அரவிந்தர் அறியாதவரா என்ன?

பிரான்ஸ் சென்ற மிர்ரா தன் ஆன்மிக சாதனைகளை அங்கிருந்தவாறே தொடரலானார். ஸ்ரீ அரவிந்தரிடம் கேட்ட விளக்கங்களால் அவர் தம் ஆன்மிக சாதனை முறைகளை மேலும் கூர்மைப்படுத்திக் கொண்டிருந்தார். எனினும் மறுபடியும் அவருக்குப் பல விஷயங்கள் குறித்து சந்தேகங்கள் எழத்தான் செய்தன. அவை பற்றி முன்போல் மீண்டும் அரவிந்தருடன் கடிதத் தொடர்பு கொள்ளலானார்.



ஒவ்வொரு கடிதமும் பல முக்கியமான ஐயங்களைத் தாங்கிவந்த கடிதம். தன்

பெட்டிச் செய்தி

ஆசிரமத்தில் சலவைச் சாலை துவங்கப்பட்டபோது, சலவை செய்யப்பட்ட துணிகளின் ஒவ்வொரு அடுக்கிலிருந்தும் சில துணிகள் ஸ்ரீ அன்னையின் பார்வைக்காகக் கொண்டு வரப்படுவது வழக்கம். ஒருநாள் துப்புரவாக அடுக்கப்பட்ட மூட்டை ஸ்ரீ அன்னையின் முன் வைக்கப்பட்டபோது, அவர் அடுக்கின் மேல் வரிசையில் உள்ள துணிகளைப் பார்வையிடுவதற்குப் பதிலாக அடுக்கின் நடுப்பகுதியிலிருந்து ஒரு துணியை இழுத்தார்.

வாழ்வையே பூரணமாக ஆன்மிகத்துக்கு ஒப்புக்கொடுக்க முனையும் ஓர் ஆன்மாவின் கடிதம். மிர்ராவிடமிருந்து வந்த கடிதங்களைப் புறக்கணிக்க முடியுமா என்ன? ஒவ்வொரு கடிதத்துக்கும் சளைக்காமல் அரவிந்தர் பதில் அனுப்பிவந்தார். மிர்ரா எழுப்பிய சந்தேகங்கள் குறித்து, தம் ஆன்மிக சபையில் தமது நண்பர்களுடன் அவர் உரையாடியும் வந்தார்.

கடிதம் எழுதியது மட்டுமல்ல. நாள்தோறும் செய்யும் தியானம் மூலம் ஸ்ரீஅரவிந்தருடன் நிரந்தர உள்முகத் தொடர்பிலேயே இருந்துவந்தார் மிர்ரா.

மிர்ராவின் மகன் ஆண்ட்ரூஸ் தான் ராணுவப் பணியில் சேர்வதாகச் சொல்லி மிர்ராவிடமிருந்து விடைபெற்றது அந்தக் காலகட்டத்தில்தான். அதே காலத்தில்தான் ரிச்சர்டுக்கு ஜப்பானுக்கு மாற்றம் ஆயிற்று. பணிநிமித்தம் ஜப்பான் சென்ற ரிச்சர்டுடன் மிர்ராவும் அங்கு செல்ல நேர்ந்ததும் அப்போதுதான்.

அங்கே மிர்ராவுக்குப் பல ஆன்மிக நண்பர்கள் கிடைத்தனர். ஒவ்வொருவரும் ஆன்மிகத்தில் தீவிர நாட்டமுள்ள உயர்தர ஆன்மாக்கள். அவர்களில் முக்கியமானவள் செல்வி டோரதி ஹாக்ஜசன். அந்தப் பெண்ணின் கதை ஒரு தனிக்கதை.

டோரதி ஒருவரைக் காதலித்தாள். நெஞ்சு கொள்ளாத காதல். அன்பே வடிவானவர் அவள் காதலர். அடடா, அப்படியொரு ஆண் மகன் எந்தப் பெண்ணுக்குக் கிடைப்பான்! டோரதியின் மனம் மகிழ்ச்சி

அந்தத் துணியில் விகாரமான ஒரு கறை இருந்தது. சலவை செய்யப்பட்ட துணிகளை ஸ்ரீ அன்னையின் முன்வைத்தவர் பெரும் மன உளைச்சலுக்கு ஆளானார். ஆனால், ஸ்ரீ அன்னையின் கரம் அவ்வாறு உடனடியாக அந்தக் கறைபட்ட துணியின்பால் சென்றது எங்கள் எல்லோருக்கும் ஒரு படிப்பினையாக இருந்தது.

(மா.பு. பண்டிட் எழுதிய 'ஸ்ரீ அன்னையின் மகிமையை விளக்கும் நிகழ்ச்சிக் குறிப்புகள்' என்ற நூலிலிருந்து)

யிலும் பூரிப்பிலும் பெருமிதம் கொண்டது. திருமணமும் நிச்சயமாயிற்று. என்ன ஆனந்தமான நாட்கள் அவை! மனத்துக்குப் பிடித்த மணாளருடன் வாழும் எதிர்கால இனிய இல்லற வாழ்வு பற்றி அவள் நெஞ்சில் ஏகப்பட்ட கனவுகள்!

திடீரென அந்தக் கனவுகள் மேல் ஓர் இடி வந்து விழுந்தது. அவளுக்கு நிச்சயிக்கப்பட்டிருந்த அந்த மாப்பிள்ளை திருமணம் நடக்கும் முன்பாகவே மரணமடைந்தார். அந்தச் செய்தி டோரதியை ஓர் உலுக்கு உலுக்கிவிட்டது.

அதிர்ச்சியிலிருந்து அவள் மீளக் காலம் கொஞ்சமாயிற்று. அப்படியானால், வாழ்வில் நிலையானதுதான் என்ன என்று அவள் ஆழ்மனம் தேடத் தொடங்கியது. அப்படித்தான் அவளுக்குத் தீவிர ஆன்மிக நாட்டம் வந்தது.

இறைவன் ஒருவனே நிலையானவன் என்றுணர்ந்த அவள், இறைச் சிந்தனையில் தோய்ந்து வாழலானாள். சம்பிரதாயமான பக்திநெறியில் அவளின் அறிவார்ந்த மனம் செல்லவில்லை. ஆன்மிகம் என்பது என்ன என்று ஆராய்ந்து அதன் பின்னணியில் உள்ள விஞ்ஞானத்தை அறிய விரும்பினாள். மிர்ராவும் அத்தகைய தேடல் உள்ளவர்தானே? அவள் மிர்ராவின் தோழியானதில் வியப்பென்ன?

மிர்ரா தியானத்தில் ஆழ ஆழ அவருக்குப் பலவகையான அனுபவங்கள் தோன்றத் தொடங்கின. சில ஆன்மிகச் சான்றோர்கள் அவர் முன் தோன்றிச் சில உபதேசங்களை வழங்கினார்கள். சில வகைகளில் அவரது பயிற்சிகளை நெறிப்படுத்தத் தொடங்கினார்கள். ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண பரமஹம்சரும் விவேகானந்தரும் சிறையில் தோன்றி ஸ்ரீ அரவிந்தருக்கு ஏற்பட்ட சந்தேகங்களை நிவர்த்தி செய்தார்களே, அதுபோன்ற அனுபவங்கள் அவை. மிர்ரா வாழ்வில் பல விந்தையான சம்பவங்களும் நிகழத் தொடங்கின.

ஒருநாள் இரவு, மிர்ரா தம் இல்லத்தில் நெடுநேரம் தியானத்தில் ஈடுபட்டார். பின் அப்படியே படுத்து உறங்கிவிட்டார்.

திடீரென விழிப்பு ஏற்பட்டது. கண் திறந்து சாளரத்தின் வழியே வெளியே பார்த்தார். புகையால் செய்தது போன்ற



கரிய உருவம் ஒன்று, மெல்ல மெல்லத் தன் வீட்டை நோக்கி வருவதைக் கண்டார். மானிட உருவம் அல்ல அது.

மிர்ரா திகைப்போடு அந்த உருவத்தையே பார்த்துக்கொண்டிருந்தார். அந்த உருவம் மிக வேகமாக அவரது வீட்டை நெருங்கியது.

(அருள் பெருகும்)

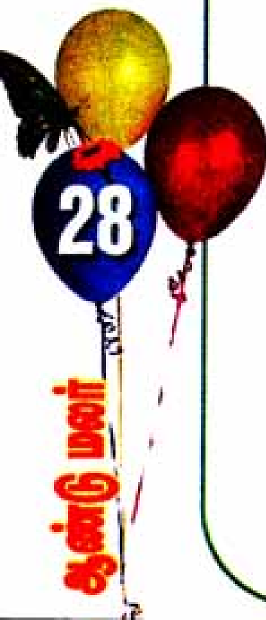
சில டாக்டர்களுடைய பெயர்களை வைத்தே அவர் என்ன ஸ்பெஷலிஸ்ட் என்று சொல்லிவிடலாம். சில பெயர்களைச் சொல்கிறேன். எந்தத் துறை என்பதை நீங்கள் கண்டுபிடியுங்கள்.

"ஸ்பாரி டாக்டர்!"

கா.மூ. தொண்டைமான்
மார்த்தாண்டன்
இருதயராஜ்
கண்ணாயிரம்
பல்லவன்
குழந்தைவேலு
ஆதிமூலம்
ஆரோக்கியசாமி
செரியன்
மூப்பன்
பால் பாண்டியன்
மனமோகனன்
சக்கரவர்த்தி
அல்போன்ஸ்

விடைகள் :
கண், காது, மூக்கு
நெஞ்சகம்
இருதயம்
கண்
பல்
குழந்தை
மூலம்
பொதுநலம்
ஜீரண மண்டலம்
முதியோர் மருத்துவம்
பாலியல்
மனநலம்
நீரிழிவு
ஆர்த்தோ

- எஸ். மாலதி தமன், சென்னை - 106.

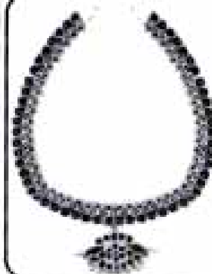


ஜொலிக்கும் ஃபேஷன் ஜுவல்ஸ்

30-01-2008 முதல்
29-02-2008 வரை

ஸ்ரீ பல்சானி ஜுவல்லர்ஸ்

தங்க முலாம் பூசப்பட்ட தகதகவென மின்னும் எண்ணற்ற புதிய டிசைன்கள்,
எண்ணிலடங்கா மாடல்கள். சொர்ணங்களின் சொர்க்கம்.



உங்களின் கண்களை கவரும் **Temple Jewels** பல வண்ணங்களில், பல வித டிசைன்களில் உங்கள் பல்சானி ஜீவல்லர்ஸ்-ல் இப்பொழுது மிக மிக குறைந்த விலை அறிமுகமாகி உள்ளது



இளைய தலைமுறைகளை சுண்டி இழுக்கும். வெள்ளியில் பதித்த அமெரிக்கன் டயமண்ட் நகைகள், அழகான டிசைன்களில்... குறைந்த விலையில்... பாலீஷ் போய்விடுமே என்ற கவலை வேண்டாம். மீண்டும் பாலீஷ் செய்து கொள்ளலாம். இதன் விலை ரூ.1000/- முதல் ஆரம்பம்.



ஒரு வித ஸ்பெஷல் உலோகத்தின்மேல் ½ கிராம் அல்லது 1 கிராம் தங்கம் 'கோட்' செய்யப்பட்டு உருவாக்கும் தங்க நகைகள்தான் இன்றைய பேஷன் உலகின் நவநாகரீக மங்கைகளின் உள்ளத்தில் நம்பர் ஒன் இடத்தை பிடித்திருப்பது.

நீங்கள் வாங்கிச் செல்லும் ½ கிராம் தங்க நகையை உபயோகப் படுத்திய பின் ஆறு மாதத்துக்குள்ளும், ஒரு கிராம் தங்க நகையை உபயோகப்படுத்திய பின் ஒரு வருடத்திற்குள்ளும் எங்களிடம் திருப்பித் தந்தால் 50 சதவிகிதம் தள்ளுபடி செய்து வேறு புதிய நகையை எங்களிடம் பெற்று மீண்டும் நீங்கள் ஜொலிக்கலாம்.

உங்கள் வாழ்க்கையில் வளம் பெற, வியாபாரத்தில் செழிக்க, கண்களை கவரும் விலை உயர்ந்த ஒரிஜினல் ராசிக்கற்களை வெள்ளியில் பதித்து 350 ரூபாய்க்கு குறைந்த விலைக்கு விற்பது நாங்கள் மட்டும்தான் இது தவிர 22 கேரட் ராசிக்கல் மோதிரமும் உண்டு. அதுவும் 100 சதவிகிதம் உத்திர வாதத்துடன்.

சிறப்புச் சலுகைகள்:

(1gm மற்றும் American Diamond நகை வாங்குபவர்களுக்கு மட்டும்)

உங்கள் நகைகளுக்கு 100% உத்திரவாதம் உண்டு

ரூ. 100 முதல் ரூ.1000 வரை மாத சீட்டும் உண்டு

ரூ. 500 முதல் 1,500 வரை வாங்குபவர்களுக்கு ஒரு ஜோடி American Diamond கம்மல் இலவசம்.

ரூ. 1,500/- முதல் ரூ. 2,500/- வரை வாங்குபவர்களுக்கு ஒரு American Diamond Dollar இலவசம்.

ரூ. 2,500/- க்கு மேல் வாங்குபவர்களுக்கு ஒரு American Diamond Necklace Set இலவசம்.

இந்த விளம்பரத்தை கத்தரித்து வருபவர்களுக்கு **5%** கூடுதல் கழிவு

நீங்கள் வாங்கிச்செல்லும் மூக்குத்தி ஜோடியை தோடுகள் மேல் தோடாகவும், அல்லது குழந்தைகளுக்கும் தோடாக அணிவித்து அழகுபடுத்தலாம். பரவசப் படுத்தும் எண்ணற்ற வண்ணங்களில் 22 கேரட் தங்கத்தினால் தயாரிக்கப்பட்ட விலை ரூ.100/- முதல்...

பல்சானி ஜுவல்ஸ் நகைகளை ஆன்லைன் மூலமாகவே வாங்கலாம்!
எங்களுடைய புதிதாக ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ள இணையதளம் **www.sripalsanijewels.com**
மூலம் நகை வாங்குபவர்களுக்கு டெலிவரிசார்ஜில் 50% சிறப்புத் தள்ளுபடி
வழங்கப்படும். இச்சலுகை ஜனவரி 30 முதல் பிப்ரவரி 29 வரை மட்டும்.

SRI PALSANI JEWELS

110, டாக்டர் ராதாகிருஷ்ணன் சாலை, (ஸ்ரீ கிருஷ்ணா ஸ்வீட்ஸ் அருகில்)
☎: 28111737, 28117036 www.sripalsanijewels.com




"போன வருடம் அலாஸ்கா போனோம். இந்த வருடம் எங்கே?'' என்று கேட்டபோது, கணவர் மழுப்பலாகச் சிரித்தார். எங்கேயும் போக ஏற்பாடு செய்யவில்லையோ?

''இந்த வருடம்...'' என்று சொல்லி சஸ்பென்ஸ் மாதிரி நிறுத்தி விட்டு, ''பாலி தீவுக்கு!'' என்றபோது, அப்போதே ஜிவ்வென்று ஆகாயத்தில் பறப்பது போல் இருந்தது.

''மலேஷிய விசா வாங்கியாச்சு. பாலி விசா அங்கே போய் இறங்கினதுமே கொடுத்துவிடுவார்கள்!'' என்றார். ''திரும்பி வருகிற வழியில் கோலாலம்பூரில் மூன்று நாட்கள் தங்கலாம்!''

சென்னையிலிருந்து கோலாலம்பூர்



* படிப்படியாக நெல் வயல்கள்...

வழியாக மலேஷியன் ஏர்லைன்ஸில் பாலி தீவுக்கு வந்து சேர்ந்தோம். பாலி தீவின் தலைநகர் டென் பசார். விமானதளத்தின் பெயர் என்குரா ராய். ஆங்கிலம் தெரிந்த டிரைவர் ரேகன், நாங்கள் தங்க வேண்டிய சுக்காவட்டி கிராமத்துக்கு அழைத்துச் சென்றார். சரியாக ஒரு மணி நேரப் பயணம்.

பாலி மஸாரி வில்லாஸ் அன்ட் ஸ்பா-வின் ஜெனரல் மானேஜர் எங்கள் வரவுக்கு வாழ்த்துக் கூறி ஒரு கடிதம் அளித்தார். கையெழுத்தைப் பார்த்த போதுதான் அவர் ஓர் இந்தியர் என்று தெரிந்தது. அவர் பெயர் கெடே ராய். ஐசுவர்யா ராய் குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவராம்.

''ஏர்போர்ட் பெயர் என்குரா ராய் என்றார்களே, அப்படியானால் அதுவும் ஐசுவர்யா ராய் குடும்பத்தைச் சேர்ந்தது தானோ?'' என்று பாதி அப்பாவித்தனமும், பாதி கிண்டலுமாகக் கேட்டேன்!

பாலி அழகான ஊர். சாலைகள் எல்லாம் அத்தனை சுத்தமாக இருக்கின்றன.



* பூஜை செய்யும் பூ!

அநேகமாக, எல்லா வீட்டு வாசல்களிலுமே ஒரு கோயில் போல வைத்திருக்கிறார்கள். அவற்றில் பிரம்மா-விஷ்ணு-சிவனுக்கு இடம் ஒதுக்கியிருக்கிறார்கள். ஹிந்து என்றால் அசாத்திய மகிழ்ச்சி அடைந்து விடுகிறார்கள். அருகிலுள்ள இந்தோனேஷியாவில் பெரும்பான்மை இஸ்லாமிய சமூகத்தினர் வாழ்ந்தாலும், இங்கே மட்டும் பெரும்பாலோர் இந்துக்கள்.

நாங்கள் போனது அக்டோபர் மாதம்

ஆனதால், அது வெயில் காலத்திலிருந்து குளிர்காலத்துக்கு மாறும் பருவம். எனவே வெயில் பொறுத்துக் கொள்ளும்படி யாகவே இருந்தது. அவ்வப்போது தூறலாக மழை. கொஞ்சம் வியர்க்கிறது, அவ்வளவு தான்.

நுசாதுலா கடற்கரை மிக அழகானது. ஒரே நீண்ட கரை என்று இல்லாமல், கடலின் கரைகள் அங்கங்கே வளைந்து வளைந்து இருப்பது புதுமையாக இருக்கிறது. மணல்கூட வெள்ளை நிற மணல்.

இது சர்வதேச கருத்தரங்குகள் நடைபெறும் இடம் என்பதால், ஐந்து நட்சத்திர ஓட்டல்கள் நிறை யவே இருக்கின்றன. இங்கேதான் ஓர் யக்ஞத்தை 'வாழும் கலை' ஸ்ரீஸ்ரீ ரவி சங்கர் நடத்தினார். இந்தப் பகுதி சற்று

பரவசம் தரும் பாலி தீவு!

உயரமாக இருக்கிறது. போகிற வழியெல் லாம் அழகு சொட்டுகிறது. பாலியிலேயே மிக அழகான இடம்!

தட்டில் பூக்களை விதவிதமாக வைத்துக் கொண்டு, தொன்னை போல இருக்கிற கிண்ணத்தில் சிறு சிறு பூக்களைக் குவித்துக் கொண்டு, எல்லோரும் பூஜையை ஆரம்பித்து விடு கிறார்கள்! காலையில், மாலையில், அலுவலகம் ஆரம்பிக்கிற நேரத்தில், வீட்டில் வேலை துவங்குகிற போது, ரிசார்ட்டில்... ஓர் இடம் பாக்கி இல்லாமல்,

பூஜை செய்துவிட்டுத்தான் மறு வேலை!

நாங்கள் தங்கியிருந்த 'வில்லா'விலும் ஸ்விம்மிங்பூல் இருந்தது, எல்லா காட்டேஜ்களிலும் இருந்தது போல.

நாங்கள் போயிருந்த சமயம் நம் ஊர் மகாளய அமாவாசை சமயம். அங்கேயும் அப்போது இதே போன்ற விழா காரணமாக மூன்று நாள் விடுமுறையாக இருந்தது!

நுசாதுவா போலவே, சானூர் கடற்கரையும் அழகானதுதான். அங்கே படகில் பயணம் செய்து அனுபவிக்கலாம்.

இங்கே 'பொராங்' நடனம் பிரபலம். சிங்கம் மாதிரி வேடம் அணிந்துகொண்டு, தீய ஆவிகளை எப்படி விரட்டுவது என்று நடனத்தில் வழங்குகிறார்கள். பாட்டும் இருக்கிறது. சுமார் 30 இசைக் கருவிகள். நம் சந்தூர் வாத்தியம் போலவும், டோலக் போலவும் கூட வைத்திருக்கிறார்கள்.

மூணாறு, நீலகிரி போன்ற இடங்களில் எப்படி படிப்படியாகத் தேயிலைத் தோட்டங்கள் இருக்கின்றனவோ, அதே மாதிரி இங்கே நெல் வயல்களை வைத்திருக்கிறார்கள்! பார்க்கவே மிக மிக அழகாக இருக்கிறது. இதை 'ரைஸ் கார்டன்' என்கிறார்கள்.

பாலியின் மிகப் பழைய பதினோராம் நூற்றாண்டுக் கோயில் மேற்குக் கடற்கரையோர ஜிம்பரான் கடற்கரையில் மலை உச்சியில் இருக்கிறது. இதை புரா லுஹூர் உலுவாட்டு கோயில் என்கிறார்கள். இங்கே மறையும் சூரியன் பார்க்க அழகாக இருக்கிறது. நாங்கள் தங்கியிருந்த இடத்திலிருந்து ஒரு மணி நேரப் பயணம்தான்.

இங்கே பயப்பட வேண்டிய அம்சம் குரங்குகளின் அசாத்தியத் தொல்லை. இடுப்பில் மஞ்சள் ரிப்பன் கட்டிக் கொண்டுதான் போக வேண்டும். அப்போதுதான் அவை நெருங்காதாம். ('மஞ்சள் துண்டு மகிமை' சமாசாரம் போல!) கண்ணாடி, கடிகாரம், தோடு, வளையல் எல்லாவற்றையும் ஒரே பிடுங்காகப் பிடுங்கிவிடும்!

மிகப் பழையது, மிகப் பெரியது என்றால், 'மதர் டெம்பிள்'தான். ஏழுவிதப் படிகள் ஏறிப் போக வேண்டும். மேலே யார் என்றால் மறுபடி, பிரம்மா, விஷ்ணு, சிவன்தான்! வருடத்துக்கு ஒரு தடவைதான் கோயிலைத் திறப்பார்கள். ஒவ்வொரு படியிலும் மண்டபம் மாதிரி அமைத்திருக்கிறார்கள். அதையும் கோயில் என்றுதான் கும்பிடுகிறார்கள்.

கைவினைக் கலைஞர்களிடம் நன்றாகப் பேரம் பேசி வாங்கலாம். அவர்கள் 9000 ரூப்யா என்றால், நாம் கூசாமல் '1000 ரூப்யாவுக்குத் தருகிறாயா?' என்று கேட்கலாம்! ஒரு அமெரிக்க டாலருக்கு 9000 ரூப்யா.

புதுதில்லி, மும்பைக்காரர்கள் நடத்தும் இந்திய பாணி ஓட்டல்கள் இருப்பதால், உணவுக்குப் பிரச்னை இல்லை. மூன்று டாலர்களில் சாப்பாட்டை முடித்துவிடலாம்.

பாலினீஸ் மொழியில் 'சுக்ஷ்மா' என்றால் நன்றி என்று பொருளாம்.

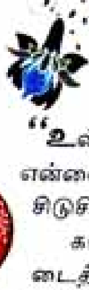
ஊர் திரும்பியதும் கணவரிடம், பலமாக ''சுக்ஷ்மா'' என்றேன்!

- மாலா சுப்ரமணியன்,
சென்னை - 17.



முகம் வறட்சியாக இருந்தால் கொத்துமல்லித் தழையை அரைத்து முகத்தில் பூசி 10 நிமிடங்கள் கழித்து கழுவினால் முகம் புத்துணர்வு பெறும், மென்மையாகும்.

- சாந்திசேகர், ஆலந்தூர்.



"உன் புரட்சிக் கருத்துக்களால் என்னைக் கொல்லாதேம்மா..." சிடுசிடுத்தாள் சுஜனா.

கடும் அதிர்ச்சியில் வாயடைத்துப் போய்விட்டது எனக்கு. நான் பெற்று வளர்த்த பெண்ணா இவள்...?

மூக்கு முழி, முக அமைப்பு என அச்சாய் அப்பாவைக் கொண்டிருந்தாலும் சுபாவத்தைப் பொறுத்தவரை சுஜனா என் சாயல்தான் என்றல்லவா நினைத்திருந்தேன்.

இளம்வயதில் நானும் இப்படித்தான் எதற்கும் வம்பு செய்வேன்.

அம்மா.

"பொம்பளைப் பசங்களுக்கு அதெல்லாம் அவசியமில்லே" என்று தடுத்து விட்டாள்.

எங்களிருவரிடையே இவர்களுக்கு ஏன் இத்தனை பாரபட்சம் என வெருக்கமாக இருக்கும். பல நேரங்களில் என் குமுறல் வெடித்து வெளிச் சிதறிவிட, அண்ணனைப் போலவே என்னையும் நடத்த வேண்டும் எனச் சண்டை போடுவேன்.

"அவன் ஆம்பிளைப் பையன்டி..." என்னை அடக்க அம்மா பயன்படுத்தும்

தெலுங்கு மூலம் : அப்பூரி சாயாதேவி
தமிழில் : சாந்தா தத்





"இவ என்ன இப்படி ஆம்பிளையாட்டம் தயாராயிட்டிருக்கா... இவளை எப்படி வழிக்குக் கொண்டு வரதுன்னே தெரியலே..." என்று அம்மா புலம்புவாள்.

"உன்னை வழிக்குக் கொண்டுவர முடிந்ததா என்னால்?" அப்பா சிரித்தபடி சொன்னாலும் எனக்கான பரிவு தெரியும் அதில்.

அண்ணனைப் போல் என்.ஸி.ஸியில் உறுப்பினராக ஆசைப்பட்டபோது என் ஆர்வத்திற்குத் தடைச்சுவரானாள்

ஒரே தாரகமந்திரம் இது.

சாப்பிட்டு முடித்தவுடன் என்னைத்தான் சுத்தம் செய்யச் சொல்வாள். எச்சில் தட்டை அப்படியே விட்டு அவன் எழுந்து கைகழுவச் சொல்லும்போது ஒரு வார்த்தை கடிந்து கொள்ள மாட்டாள்... அது சகஜம்தான் என்பது போல்.

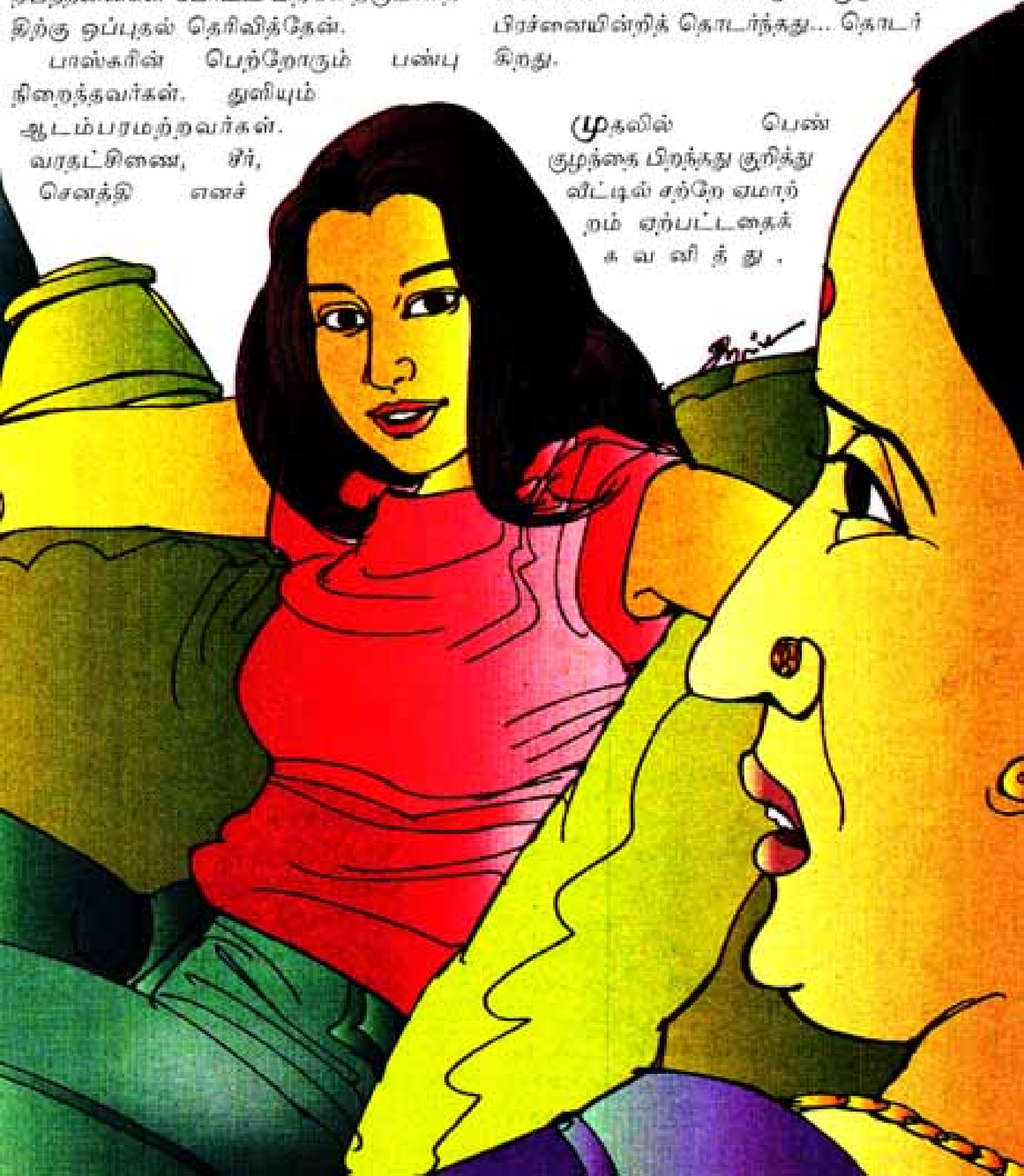
இதையெல்லாம் பார்க்கப் பார்க்க என்னுள் பிடிவாதம் வளர்ந்தது. ஒவ்வொரு விஷயத்திலும் அண்ணனுடன் போட்டி போட ஆரம்பித்தேன். சொல்லப் போனால் அண்ணன் என்றால் மிகவும் பிடிக்கும் எனக்கு. அவனைப் போலவே நானும் ஆக வேண்டும் எனும் என் ஆழ்மன விழைவும் ஒருகாரணமாக இருந்திருக்கலாம்.

வரதட்சிணைக் கலாச்சாரத்தின் மீது கடும் வெறுப்பு கொண்டு அதை ஓர்

அசிங்கம் என்றே நினைத்தேன். வரதட்சிணை கேட்பவனைத் திருமணம் செய்து கொள்ளக் கூடாதென்பதில் உறுதியாக நின்றேன். அண்ணனின் சிநேகிதன் பாஸ்கர் என்னைக் கல்யாணம் செய்து கொள்ள விரும்புவதாகச் சொன்னபோது சில நிபந்தனைகள் போட்ட பிறகே திருமணத்திற்கு ஒப்புதல் தெரிவித்தேன்.

பாஸ்கரின் பெற்றோரும் பண்பு நிறைந்தவர்கள். துளியும் ஆடம்பரமற்றவர்கள். வரதட்சிணை, சீர், செனத்தி எனச் சல்லிக்காக கோரவில்லை. பிள்ளையின் சந்தோஷம்தான் முக்கியம் என்பதில் தீர்மானமாய் இருந்தார்கள். மிக எளிமையாக, பதிவுத் திருமணம் செய்து கொண்டோம். நான் வேலைக்குப் போக விருப்பம் தெரிவித்தபோதும் அவர்கள் மறுக்கவில்லை. எங்கள் கூட்டுக் குடும்பம் பிரச்னையின்றித் தொடர்ந்தது... தொடர்கிறது.

முதலில் பெண் குழந்தை பிறந்தது குறித்து வீட்டில் சற்றே ஏமாற்றம் ஏற்பட்டதைக் கவனித்து,



சுஜனா மீது கூடுதல் கவனமும் அக்கறையும் அன்பும் செலுத்தலானேன். ஒரு பையனைப் போன்றே வளர்த்தேன். ஆனால் அவள் கல்லூரியில் சேர்ந்த பிறகு, நான் ரசித்தே பார்க்காத திணுசில் நிறைய மாற்றங்கள் அவளிடம் ஏற்பட்டன. தன்னை அலங்கரித்துக் கொள்வதில் மிகுந்த ஆர்வம் காட்டலானாள். விருந்து, கேளிக்கை எனக் கொண்டாட்டங்களில் அவளுக்கு மிகுந்த லயிப்பு ஏற்பட்டது. அவற்றில் கலந்து கொள்ளும் போதெல்லாம் படோடோபமாய் உடையணிந்து ஆடம்பரமாகச் செலவு செய்தாள். ''இதெல்லாம் நல்லதுக்கு இல்லை சுஜனா'' என்று எவ்வளவு எடுத்துச் சொல்லியும் காதிலேயே வாங்கவில்லை.

நண்பர் ஒருவரது மகள் திருமணத்திற்குச் சென்றிருந்தபோது அவரது அமெரிக்க உறவினர்களுக்கு சுஜனாவைப் பார்த்தவுடனேயே பிடித்து விட்டது. அந்தத் திருமண நிகழ்ச்சிக்கு ஏற்ற மாதிரி தன்னை அலங்கரித்துக் கொண்டிருந்தாள். அச்சு அசலாய் ஒரு ஹோம்லியான தெலுங்குப் பெண் போல் தோற்றமளித்த சுஜனாவின் பாந்தமான அழகு மிகவும் ஈர்த்துவிட்டது. தங்கள் பையனுக்கு அவளைப் பெண் கேட்டு சம்பிரதாயமாய் தகவல் அனுப்பினார்கள். சுஜனாவிற்கு மிகவும் பொருத்தமாய் உயரமாய் இலட்சணமாய் இருந்தான் அந்தப் பையன். வேண்டாமென்று சொல்வதற்குக் காரணம் எதுவுமில்லாமலிருந்தது. சுஜனாவின் படிப்பு முடிய இன்னும் சில மாதங்கள் பாக்கியிருக்கும் விஷயம் மட்டுமே எங்களுக்கான ஒரே தயக்கமாக இருந்தது.

''தானாய்த் தேடி வந்த வரன்...எத்தனை காலமாய் அமெரிக்காவிலிருந்தும் நம் மொழி, பழக்கவழக்கங்களை மறக்காம இருக்காங்க. எல்லாவிதத்திலும் சுஜனாவிற்குத் தகுந்த பையன்'' என்று சந்தோஷப்பட்ட மாமனார் மாமியார் இச் சம்பந்தத்தை முடிப்பதில் குறியாக இருந்ததால் வேறு வழியில்லாமல் நானும் ஒப்புக் கொண்டேன்.

ஒரு சுபமுகூர்த்தத்தில் அவர்கள் பெண் பார்க்க வந்தார்கள். என் மாமியார் அதீத கவனத்துடன் சிற்றுண்டி தயாரிப்பதில் மும்முரமானார். பட்டுப் புடைவை, பூ, நகைகள், என விசேஷமாய்த் தன்னைத் தயார் செய்து கொண்டாள் சுஜனா.

''என்னடி.... சினிமாவில் வரும் கல்யாணப் பெண் போல்...'' அவள் அலங்காரம் சட்டென என்னை அப்படிக் கேட்க வைத்தது.

''என்ன இப்படிக் கேட்கறே... இப்பவே கல்யாணக் களை வந்து திருஷ்டி விழறாப்பல இருக்கறவளைப் போய்...'' என செல்லமாய்க் கோபித்துக் கொண்டார் என் மாமியார்.

பையனின் அம்மா, முழு நீள சரிகைப் பார்டருடனே பட்டுப் புடைவையும் நிறைய நகைகளுமாய் வந்திறங்கினார். சரிகையற்ற போச்சம்பள்ளி புடைவையில் மிக எளிமையாக நான்.



கருணைக் கிழங்கு வாங்கினால் இலேசாகக் கிழங்கை சுரண்டி பார்க்கவும். வெள்ளையாக இருக்குமானால் கிழங்கு நமைச்சல் இருக்காது. உடனேயே சமைக்கலாம். காராது. சிவப்பு நிற கிழங்காக இருந்தால் வாங்கி சில தினங்கள் கழித்துதான் சமைக்க வேண்டும். சிவப்பு நிற கிழங்கு காறும். அரிசி கலந்த நீரில் கிழங்கை வேகவைத்தால் நமைச்சல் இல்லாமலும், காராமலும் இருக்கும்.

- என். விஜயலெட்சுமி, தபோவனம்.

வயிற்று சம்பந்தமான கோளாறுகள் (வயிற்று வலி, வயிற்றுக் கடுப்பு, மலச் சிக்கல்) வந்தால் இரவு ஒரு கப் மோரில் முழு கடுக்காயை ஊறவைத்து காலையில் மோரைக் குடிக்க வேண்டும். 2, 3 நாட்கள் தொடர்ந்து குடிக்க நல்ல பலன் தெரியும்.

- வத்ஸலா,செகந்திராபாத்.



டிபன் சாப்பிட்டபடி தேர்தல்... குளோனிங்கின் சாதக பாதகம், சர்வதேசப் பொருளாதாரம் என உரையாடலில் கழிந்தது கொஞ்ச நேரம். எங்கள் கருத்துக்கள் அவர்களுடன் அவ்வளவாய் ஒத்துப்போக வில்லை. பையனின் அப்பா புஷ்ஷைப் பாராட்ட... பாஸ்கர் கடுமையாக விமர்சித்தார், மரியாதையுடன்தான்!

நானும் அவர்கள் பேச்சில் கலந்து கொள்ள முற்பட்டபோது பையனின் அம்மா சட்டென இடைமறித்தாள்.

''ஸ்ரீகாந்த்...! பெண்ணுடன் ஏதாவது பேசுவதாக இருந்தால் பேசு...''

''அவரை மாடியறைக்கு அழைச்சிட்டுப் போ சுஜி...'' என்றேன். அதற்காகவே காத்திருந்தவர்கள் போல் மென்சிரிப்புடன் எழுந்து சென்றனர் இருவரும்.

அமெரிக்க சமாசாரங்களைப் பக்கமாய் ஒதுக்கி கல்யாண விவகாரத்திற்கு வந்தாள் பையனின் அம்மா.

''எங்க பையனுக்கு உங்க பெண்ணைப் பிடிச்சிருக்கு. அவனுக்கும் அப்படித் தான்னு தெரியறது. முகூர்த்தம் எப்போது வைத்தாலும் அதுக்கு முன்னால் மத்த விஷயங்களைப் பேசிடறது நல்லதில்லையா?''

ஆமோதிப்பாய் அவர்களை நோக்கினோம் நாங்கள்.

''முப்பது வருஷத்துக்கும் மேல் அமெரிக்காவில் வசித்தாலும் நம் கலாசாரம், பழக்கவழக்கங்கள் எதையும் விடாம அனுசரிக்கிறோம். அதனால இந்தக் கல்யாணத்தை சம்பிரதாயமா அமோகமா நடத்தணும்னு எங்க ஆசை. எங்களுக்கு இவன் ஒரே பிள்ளை. நம்மவங்க நம் சம்பிரதாயங்களை கொஞ்சம் கொஞ்சமா மறந்துட்டு வராங்க. அதெல்லாம் இந்தத் தலைமுறைக்குத் தெரிய வைக்கற கடமை நமக்கிருக்கு இல்லையா...?'' தயாராக வந்தவள் போல் ஒப்பித்தாள் அந்த அம்மாள்.

''ஆமாம்....'' என்றேன். எதற்கு வாதத்தை வளர்க்க வேண்டும் என.

விட்ட இடத்திலிருந்து தொடர்ந்தாள் அவள். ''இப்பல்லாம் இந்தியாவில் நவீனம், நாகரிகம் என்ற பெயரில் கல்யாணங்களை ஒப்பேத்திடறாங்க. ஷாமியானா போட்டு புஃபே டின்னர்... அதில் கூட நார்த் இண்டியன் டிஷஸ்... கட்டளை போல் அரைமணி, நாற்பது நிமிஷத்தில் கல்யாணம் முடிச்சுடறதுன்னு போய்ட்டிருக்கு.

''இதெல்லாம் சுத்தமாப் பிடிக்கலே எங்களுக்கு. இருக்கறது ஒருத்தன். ஊர் உலகம் மெச்சும்படி ஸ்ரீகாந்தின் கல்யாணம் நடக்கணும்கறது எங்களுடைய நீண்ட நாள் ஆசை. பானகக் குடங்களுடன் ஜானவாசம் முதல் நலங்கு முடிந்து பெண்ணை ஒப்படைக்கும் நிகழ்ச்சி வரை எல்லாம் இலட்சணமாய் சம்பிரதாய சுத்தமா நடக்கணும். அங்க அமெரிக்காவில் எல்லோருக்கும் அவங்க நேரிடையா கல்யாணத்தில் கலந்துக்கிட்ட மாதிரி வீடியோ போட்டுக் காட்டணும்...''

அவள் சொல்லிக் கொண்டே போக வெகு சங்கடமாய் உணர்ந்தாலும் சின்ன சிரிப்புடன் சும்மா இருந்தேன். என் கண்கள் மாடியறை பக்கம் அடிக்கடி சென்றன. சுஜனா இப்போது வந்து விட்டால் ஏதாவது ஏடாகூடமாகப் பேசி விடுவாளோ என்ற கவலை மனத்தில் மூண்டது.

(அடுத்த இதழில் முடியும்)

நலந்தானா?

ஜலதோஷம் : தினமும் வெறும் வயிற்றில் அதிகாலை இரண்டு சிறிய வெங்காயம் சாப்பிட்டு வர, ஜலதோஷம் பிடிக்காது.

மூக்கடைப்பு : மூக்கில் விக்ஸ் தடவி, அடுப்பில் உள்ள சூடான பாத்திரத்தில், கர்சீப் வைத்து சூடுபண்ணி, மூக்கில் ஒத்தடம் கொடுக்க, மூக்கடைப்பு உடனே விலகும்!

வயிற்றுவலி : தொப்புளைச் சுற்றி விளக்கெண்ணெய் தடவி, தேய்த்து, இளநீர் சாப்பிட வலி குறையும். எலுமிச்சை ஜூஸ் குடிக்கலாம். சிறிது வெந்தயத்தை வாயில் போட்டும் மோர் குடிக்கலாம்.

இருமல் : மிளகு, பனங்கற்கண்டு இரண்டையும் மிக்ஸியில் பொடி பண்ணி நல்லெண்ணெய் சேர்த்துக் குழப்பி, மூன்று வேளை சாப்பிட இருமல் குறையும்.

மார்புச் சளி : ஓமவல்லி இலை, துளசி இலை இவற்றை வாயில் மென்று சாப்பிடலாம். வெற்றிலைச் சாறும் குடிக்கலாம்.

சுளுக்கு : சிறிது சுண்ணாம்பை எடுத்து, உள்ளங்கையில் வைத்து, அதில் சிறிது சீனியைப் போட்டு, சூடுபறக்கக் குழப்பி, சுளுக்கு உள்ள இடத்தில் தடவி வர, ஒரே நாளில் சுளுக்கு காணாமல் போய்விடும்.

நாக்கில் புண்: அதிகாலை வெறும் வயிற்றில் சிறிது வெண்ணெய் சாப்பிடலாம். தேங்காய்ப் பால் ஊற்றிச் சாப்பிடலாம். நல்லெண்ணெய் சிறிது குடிக்கலாம். அகத்திக்கீரைச் சாறு, மிளகு, தக்காளிக்கீரைச்சாறு குடிக்கலாம்.

உடம்பில் எங்காவது அடிபட்டு ரத்தம் வந்தால், ஐஸ் கட்டி ஒத்தடம் கொடுத்தால் ரத்தம் வருவது கட்டுப்படும்.

பல்வலி, பல் கூச்சம்: தினமும் இருமுறை பல் துலக்கவும். அதிலும் ஒருமுறை தூள் உப்பை வைத்து நன்றாகத் தேய்த்தால் பல் கூச்சம், வலி போய்விடும்.

கண் எரிச்சல் : கண் எரிச்சலாகி, நீர் கசிந்தால், இரவு படுக்கும்போது மெல்லிய துணியை நனைத்து, பிழிந்து, மடித்து இரண்டு கண்களிலும் வைத்துக் கொண்டு படுத்தால் சுகமாக இருப்பதுடன், காலையில் எழும்போது கண்கள் குளிர்ச்சியாக இருக்கும்.

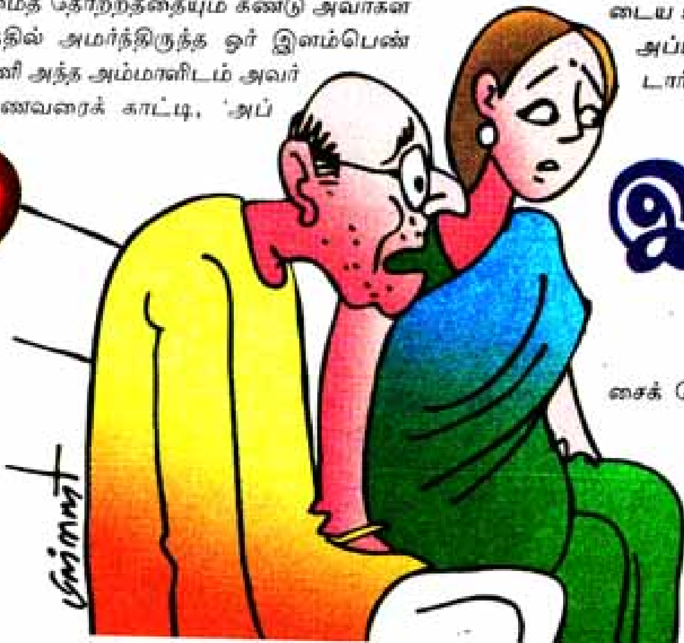
வயிற்றுக்கடுப்பு : சிறிது கசகசாவுடன், கறிவேப்பிலையைச் சேர்த்து அரைத்து, மோரில் கலக்கிக் குடிக்கலாம்.

- டி. மேரிராணி தேவராஜன்,
மதுரை - 9.

இப்படியா கேட்பது?

சமீபத்தில் நானும் என் கணவரும் ராக் ஃபோர்ட் எக்ஸ்பிரஸில் சென்னையிலிருந்து கும்பகோணம் கிளம்பினோம். எங்களுடைய பெட்டியில் மற்றொரு மூத்த தம்பதியும் ஏறினார்கள். அவர்கள் இருவருக்கும் அப்பர் பர்த் கிடைத்தது.

அந்த ஆடவருடைய பலஹீனமான தோற்றத்தையும் அவருடைய மனைவியின் இளமைத் தோற்றத்தையும் கண்டு அவர்கள் பக்கத்தில் அமர்ந்திருந்த ஓர் இளம்பெண் மணி அந்த அம்மாளிடம் அவர் கணவரைக் காட்டி, 'அப்பாவா?' என்று கேட்டு விட்டாள். 'ஆமாம்' அல்லது 'இல்லை' என்று பதிலளித்தால் யார் மனமாவது புண்ணாகும் என்ற எண்ணத்தில் அவள் மௌனமாய் இருந்தாள். இதைக் கண்ட அவரது கணவர் ''நான் அவளது கணவன். இதயம் பாதிக்கப்பட்டதால் தடுமாற்றமாய் இருக்கிறேன்'' என்று கூறி, அவர்களுடைய உண்மையான வயதை அப்பட்டமாக வெளியிட்டார். நான் அவரது பேச்சைக் கேட்டு பிரமித்தேன்.





எங்களுக்கு எதிரில் உட்கார்ந்தவர்கள் நேபாள நாட்டவர். தம்பதியின் நிலையைப் புரிந்துகொண்டு, தாங்கள் அப்பர் பர்த்தில் ஏறிக் கொண்டு அவர்கள் இருவரையும், லோயர் பர்த்தில் படுத்துக் கொள்ளுமாறு சைகை காட்டினார்கள்.

அந்த இளம்பெண்மணி கேட்ட இங்கிதமில்லாத கேள்வி, அந்த முதியவரின் வெளிப்படையான பேச்சு, நேபாள மக்களின் தயாளப் பண்பு இவற்றையெல்லாம் மறக்க முடியவில்லை!

- ராதா கிருஷ்ணமூர்த்தி, கும்பகோணம்.





ஒரு செல்ஃபோனோ, திருகாணியோ காணாமல் போனாலே, பதைபதைத்துப் போய், நாளெல்லாம் தேடித் தேடி நொந்து போவோம். ஒன்றல்ல... இரண்டல்ல... தான் பெற்ற மூன்று குழந்தைகளையும் ஒரே நேரத்தில் ஒரேயடியாக இழந்து நின்றால், அந்தத் தாயின் மனநிலை எப்படியிருக்கும்? அந்தச் சோகத்திலிருந்து, சுதாரித்துக் கொண்ட சூடாமணி பரமேஸ்வரன், கணவருடன் கைகோத்துக் கொண்டு செய்த காரியம்.. நெகிழ்ச்சியானது.. மகத்தானது!



* சூடாமணி





நாகப்பட்டினம். புதிய கடற்கரை சாலையில் உள்ளது அந்த அழகான வீடு! வீட்டுக் காம்பவுண்டிலே காணப்படும் அந்த ஃப்ளெக்ஸ் போர்டின் வாசகங்கள் காண்போரை ஒரு நிமிஷம் நின்று படிக்கத் தூண்டுகிறது.



* புதிய உறவுகளுடன்..

வாழ்வின் அருகே சாவு என்று
வருத்தமில்லை...
சாவின் அருகிலும் வாழ்வு
என்று மகிழ்கிறோம்...
ஆழி அலையில் எங்களை
விட்டுப் பிரிந்த
இரட்சன்யா, காருண்யா,
கிருபாசன்..
உங்கள் உறவே மிச்சம்!
சொல்ல முடியாத உங்கள்
நினைவுகளும்



உச்சிமீது வானிடிந்து...

சொல்லக்கூடிய உங்கள் பாசமும்...
எங்களை ஏங்க வைப்பினும்
நம்பிக்கையோடு உங்களைக்
காண்போம்
ஏசுவின் மடியில்!!

- அம்மா சூடாமணி,
அப்பா பரமேஸ்வரன்.

அந்தப் பலகையில் அன்றலர்ந்த ரோஜாக்களைப் போலச் சிரித்துக் கொண்டிருக்கும் அந்த மூன்று குழந்தைகளின் அழகிய முகங்கள் 'நாங்கள் மண்ணில் மறைந்தாலும் விண்ணில் மணம் வீசுவோம்' என்கின்றன!



✱ முத்துப் பிள்ளைகளுடன்...

"என் பெயர் சூடாமணி. எனக்கு அஞ்சு வயசாயிருக்கும்போதே, பெற்ற தாயை இழந்தேன். பெங்களூரில், ஜோதிநிவாஸ் என்ற கிருத்துவப் பள்ளியில் படிச்சதால, சின்ன வயசுலேயே ஏசு வழிபாட்டில் ஒருவித ஈர்ப்பு ஏற்பட்டது. ஏசுவின் கருணை பொங்கும் முகத்துல, என் தாயாரையே பார்த்தேன். ஏதாவது சின்ன சோதனை வந்தாலும், ஜீசஸ் என்னுடைய விசுவாசத்தை சோதிப்பதாக நினைத்து, அவரது தாளை இன்னும் இறுகப்பற்றிக் கொள்வேன்.

நல்லா படிச்சேன். பட்டப் படிப்பு முடிச்சதுமே, எல்.ஐ.சி. யில் வேலை கிடைச்சது. மறு



பாஸிடிவ் பெண்மணி சூடாமணி பரமேஸ்வரனை அறிமுகப்படுத்திய சென்னை வாசகி திருமதி குட்டி சரவணனுக்கு நன்றி.

வருஷமே கல்யாண ஏற்பாடுகள் நடந்தன. பெண் பார்க்கும் படலத்தில், ''என்ன படிச்சிருக்கே? எவ்வளவு சம்பளம்? எவ்வளவு வரதட்சணை?'' இப்படியெல்லாம் ஒரு வார்த்தை பேசவில்லை.

''நான் ஏசுவைத் தீவிரமாகக் கும்பிடுகிறவன். கல்யாணத்துக்குப் பிறகு, கிறிஸ்துவ மதத்தின் மீது நம்பிக்கை வைக்கணும். உனக்கு ஏதாவது ஆட்சேபணை இருக்குமா?'' இதுதான் என் கணவர் பரமேஸ்வரன் என்னைக் கேட்டது.

எனக்கு ஏற்பட்ட சந்தோஷத்துக்கு அளவே இல்லை...

''நன்றி ஏசுவே! எனக்கு ஏற்ற கணவரைத்தான் தேர்ந்தெடுத்திருக்கிறாய்!'' என்று மனசுக்குள் ஆயிரம் நன்றி சொன்னேன்.

பரமேஸ்வரனுக்கு ஓ.என்.ஜி.சி.யில் வேலை. இருவருக்கும் மத்திய அரசுப் பணி என்பதால் நாகப்பட்டினத்துக்கு மாற்றல் கிடைத்தது. கண்ணான கணவன், நிரந்தரப் பணி, கைநிறையச் சம்பளம், ஒத்த ரசனைகள், என் சந்தோஷத்துக்கு அளவே இல்லாமல் போனது.

எங்கள் அன்பின் சாட்சியாக, மூன்று பாச முல்லைகள் பிறந்தன. ரக்ஷண்யா, காருண்யா, கிருபாசன்! அவர்களும் எங்களைப் போன்றே ஏழைகளுக்கு இரங்கும் சுபாவம் கொண்டிருந்தனர். அடிக்கடி பக்கத்திலிருக்கும் 'சாமந்தான் பேட்டை' என்னும் மீனவ கிராமத்துக்குக் குடும்பத்தோடு போய், சிறு சிறு உதவிகள் செய்து மகிழ்ச்சி காண்போம்.

''நீ தந்த வாழ்க்கைக்கு நன்றி தெய்வமே!'' என்று என் மனம் எப்போதும் உச்சரித்துக் கொண்டேயிருந்தது... ஆனால் விதியோ தனது அடுத்த காயை விபரீதமாக நகர்த்தி விட்டது... பொங்கி எழுந்து கோரத் தாண்டவம் ஆடிய சுனாமி, எங்கள் குடும்பத்தையே வேரோடு பிடுங்கி எறிந்து விட்டது'' என்று வேதனையோடு சொல்ல ஆரம்பித்தார்.

டிசம்பர் 26, 2004. கறுப்புத் தினமாக விடியப் போவது தெரியாமல் கண் விழித்தேன். அன்று என் கணவர் பரமேஸ்வரனின் நாற்பதாவது பிறந்த நாள். கிறிஸ்துமஸ் பண்டிகையைக் கொண்டாட என் பெங்களூர் தம்பி, தனது குடும்பத்துடன் வந்திருந்தான். வீடே கலகலப்பாக இருந்தது.

கிருபாசனுக்கு ஐந்து வயது. யு.கே.ஜி. படித்த குட்டிப் பயல்... தன் அப்பாவின் மார்பு மீதேதான் படுத்துக் கொள்வான். விடியற்காலையிலேயே எழுந்து, எங்கள் மீது விழுந்து, புரண்டு, கொஞ்சி முத்தமிட்டான்.

கன்னத்தில் பற்கள் அழுந்த கடித்து முத்தமிடுவது அவனுடைய ஸ்டைல்! என் கணவருக்கு, ''ஹேப்பி பர்த்டே டாடி'' என்று சொல்லி, முகமெல்லாம் முத்தமிட்டான்... கூடவே சின்னப் பெண், போட்டி போட்டு முத்தமிட்டாள்.

அவர்கள் இருவரையும் தோளுக்கு ஒன்றாக வாரி அணைத்துக் கொண்டு கீழே இறங்கி வந்தார் என் கணவர். என் மூத்த மகள், 12 வயது ரக்ஷண்யா தன் கையாலேயே பூஸ்ட் கலக்கிக் கொண்டு வந்து நின்றாள்.

''நான் முதன் முதலா போட்ட பூஸ்ட்! உங்களுக்கு என் பர்த்டே ஸ்பெஷல்!'' என்று சொல்லி தோளோடு ஒட்டிக் கொண்டாள்.

அப்படியொரு அன்பான, பாசமான காட்சியைப் பார்த்த என் கண்களுக்கு அடுத்த சில நிமிடங்களில் கொடூரமான

காட்சியைப் பார்க்கப் போகிறோம் என்று தெரியவில்லை.

குழந்தைகள், ஏழு உறவினர்கள் எல்லாரையும் அழைச்சுக்கிட்டுப் பீச்சுக்குப் போனார். கடல் என்னவோ எப்போதும் போல் அமைதியாகவும், அழகாகவும்தான் இருந்தது. என் கணவர், பிள்ளைகளுடன் ஃப்ளையிங் ஸாஸர் விளையாடிக் கொண்டிருந்தார். அப்போது என் மகன், ''டாடி... அங்க பாருங்க... எவ்ளோ பெரிய அலை!'' என்று கைகாட்டியிருக்கிறான். இவர் திரும்பிப் பார்த்தால்... இரண்டு பனைமர உயரத்துக்கு எழுந்த ராட்சத அலை ஒன்று பெரும் பசியோடு பாய்ந்திருக்கிறது... ''என்ன... ஏது?'' என்று சுதாரித்துக் கொள்வதற்குள், ஆயிரக் கணக்கான மனித உயிர்களைக் குடித்துச் சென்று விட்டது ஆழிப் பேரலை!'' குளம் போல தேக்கி வைத்த கண்ணீர் கன்னங்களில் வடிகிறது சூடாமணிக்கு.

''பீச்சுக்கு சென்றவர்களில் உயிர் தப்பியவர் என் கணவர் மட்டுமே! என் தம்பி, அவனுடைய மாமியார் பிணங்கள் கடைசி வரை கிடைக்கவேயில்லை. அதற்குப் பிறகு என் உடம்புல ஒரு சொட்டு ரத்தம் கூட மிச்சமில்லாமல் வடிந்து போனது கட்டையாகக் கிடந்தேன். என் கணவர்தான் ஓடி ஓடி உடல்களைத் தேடி அலைந்தார்.

மூன்று பிள்ளைகளின் உடல்களையும் தேடிக் கண்டுபிடித்து, ஒவ்வொன்றாய் தோளில் தூக்கி வந்து எங்கள் வீட்டுக்குள் வைத்தபோது, பூமி அப்படியே பிளந்து என்னையும் உள்வாங்கி விடாதா என்றுதான் தோன்றியது. ஊர் முழுக்க கரண்ட் இல்லை... ஃபோன் வேலை செய்யலை. நாகப்பட்டினம் முழுக்க பிணங்களின் குவியல்கள்... மனித ஓலங்கள். அந்தச் சமயத்தில் யாரை உதவிக்குக் கூப்பிடுவது?

வீட்டிலிருந்த ஃப்ரிஜ், டி.வி. கம்ப்யூட்டர் எல்லாமே வெள்ளத்தில் அடித்துக் கொண்டு போய்விட்டன. பனைமரங்கள் ஓலைகளை இழந்து மொட்டையாக நின்றன. அக்கம்பக்கத்து வீடுகள் இடிந்து விழுந்தன.

அந்தக் குழப்பத்திலும், அதிர்ச்சியிலும், எங்கள் குழந்தைகளுக்கு இறுதியாக நல்ல ஆடைகள் அணிவித்து அனுப்பி வைக்கக் கூடத் தோன்றவில்லை.

என் கணவர், தானே குழிதோண்டி புதைத்தார். ''எப்பவும் சேர்ந்தே இருப்பீங்களே... என் கண்களா.. இப்படிச் சேர்ந்தே போறதுக்குதானா?'' என்று அவர் நெஞ்சில் அறைந்து கொண்டு அழுதார்.



பாலும், வெண்ணெயுமாக ஊட்டி வளர்த்த பிள்ளைகளை, கல்லும், முள்ளும் குத்திக் கிழித்திருந்த காட்சியைப் பார்க்கும் கொடுமை எந்தத் தாய்க்கும் கிடைக்கக் கூடாது!''

''நான் ஒரு மூலை... அவர் ஒரு மூலை... பிள்ளைகளின் படங்களை அணைத்துக் கொண்டு, தேற்றுவார் கூட இல்லாமல் கிடந்தோம். ஒருகட்டத்தில், ''என்னால் தாங்க முடியலைம்மா! இரண்டு பேரும் ஏதாவது விஷம் சாப்பிட்டு, நம்ம பிள்ளைங்கக்கிட்டேயே போயிடுவோம்!''

என்று என் கணவர் அழுதுகொண்டே கேட்க... எனக்கும் அதுதான் சரி என்று தோன்றியது.

அப்படி ஒரு முடிவை எடுக்கும் முன்பு, பிரார்த்தனை செய்ய விரும்பினேன். முழங்காலிட்டு, கண்களில் நீர் வழிய, எவ்வளவு நேரம் ஜெபம் செய்தேனோ தெரியவில்லை. எனக்கு மீண்டும் உணர்வு வந்த போது, அந்த எண்ணம் கீற்றாகத் தோன்றியது.

''உனக்கு எல்லாமே தந்தேன். நீ கேட்டதை விட அதிகமாகவே தந்தேன். அப்பல்லாம் நீ என்னை நம்பினே. இப்ப உனக்கு ஒரு சோதனை கொடுத்திருக்கேன். இது உனக்கு ஒரு பரீட்சை! நீ இப்பவும் என்னை நம்பறியா இல்லை வெறுத்து ஒதுக்குவியான்னு பார்க்கறேன்''னு கடவுள் என்கிட்ட சொன்ன மாதிரி தோணுச்சு. நான் என் கணவர் இருந்த அறைக்குப் போனேன்.

''மாமா... நாம்ப சாக வேண்டாம்... தேவன் நம்மகிட்ட இருந்து வேறு எதையோ எதிர்பார்க்கறாரு... இந்த சுனாமியில நாம்ப பிள்ளைகளை இழந்து தவிக்கிற மாதிரிதானே, பெற்றோர்களை இழந்த பிள்ளைகளும் தவிப்பாங்க. அவங்களை நாம்ப எடுத்து வளர்ப்போம். இனி நம்ப வாழ்க்கை, மத்தவங்களுக்கு உதவறதா, கடவுளுக்கு நன்றி சொல்றதா இருக்கட்டும்''னு சொன்னேன். மனமொடிந்து கிடந்த அவருக்கு, என் வார்த்தைகள் பலத்தைத் தந்திருக்கணும். உடனே சாமந்தான் பேட்டைக்குப் போய் நின்றோம்.

இதோ இன்னைக்கு இருபது பிள்ளைகள் எங்களுக்கு இருக்கிறார்கள் என்று குழந்தைகளை வாஞ்சையுடன் அறிமுகப்படுத்தினார் சூடாமணி.

''இவள் ப்ரியா... இவளோட நடை, பாவனை, பேச்சு எல்லாமே என் முதல் பெண் போல இருக்கு. இதோ இந்தச் சுட்டி இருக்கானே... இந்தப் ப்ரவீண் அச்சு அசல் என் பிள்ளையேதான். துறுதுறுப்பும் குறும்பும்... செம வாலு!'' என்று தாய்க்கே உரிய பெருமையுடன் பேசுகிறார் சூடாமணி.

தம்முடைய சொத்து, சம்பாத்யம் எல்லாவற்றையும் போட்டு, 'நம்பிக்கை' என்ற அமைப்பை ஆரம்பித்து, முறைப்படி பதிவும் செய்திருக்கிறார் பரமேஸ்வரன்.

''இன்னைக்கு எல்லாம் சின்னப் பிள்ளைகளா இருக்குங்க. நாளைக்கே பெருசானால், படிப்பு, கல்யாணம்னு ஏகப்பட்ட செலவிருக்கே... அதான் நானும் சூடாமணியும் தொடர்ந்து வேலைக்குப் போய்ச் சம்பாதிச்சுக்கிட்டிருக்கோம். அலுவலக நேரம் போக மிச்ச நேரமெல்லாம் குழந்தைகளுடன்தான்...'' என்கிறார் பொறுப்பான அப்பாவாக!

இந்த மூன்று வருட இடைவெளியில் 'ஷமய்யா!' என்ற குழந்தையைப் பெற்றெடுத்திருக்கும் சூடாமணி, மீண்டும் கருவுற்றிருக்கிறார்.

''ஷமய்யா என்றால் புதிய தலைமுறை என்று அர்த்தம்... இந்த இரண்டு குழந்தைகளும் தனியில்லை. இவங்களுக்கு 20 சகோதர, சகோதரிகள் உள்ளனர். ஆண்டவன் அன்று எனது மூன்று குழந்தைகளைப் பறித்தார். பதிலுக்கு 22 குழந்தைகளைக் கொடுத்து விட்டார். கடவுள் போட்ட கணக்கு என்றைக்குமே தவறாகாது. அவரது மகிமையை நான் ஒரு தாயாக உணர்ந்து விட்டேன்!'' என்கிறார் தேவ விசுவாசம் ததும்ப...

பேட்டி : அனுராதா சேகர்

பெண்களுக்கு பெண் என்ற பெயர் எப்படி வந்தது?
குடும்பத்தைப் பேணிகாப்பவர்கள் பெண்கள். அதனால் பேண் என்ற பெயர் ஏற்பட்டு அதுவே பெண் என்று திரிந்து விட்டது.
- ஏ. இந்திரா, ஈரோடு.

Colour Full Greetings

OUR SHOWROOMS :

OUR NEW BIG SHOWROOM
75, Pondy Bazaar, Next to Universal, T.Nagar, Chennai - 600 017. Ph : 4212 3228, 4260 8880

"SHREE SAKTHI PLAZA"
Basement, # 70, Pondy Bazaar, T.Nagar, Chennai - 17. (Next to Maya's Plaza) Ph : 2815 0144, 4207 1161

"ANNA NAGAR"
Anna Nagar Plaza, Shop # 1, Ground Floor, C-47, IInd Avenue, Anna Nagar, Chennai - 40. Ph : 4207 1121, 4269 3132

"ADAYAR"
120, L.B. Road, (Opp. Pizza Corner, Adayar Anandha Bhavan)Adayar, Chennai - 20. Ph : 4211 6068, 2445 3002



ORIGINAL

NARAYANA PEARLS

GEMS & JEWELS

MAIN SHOWROOM : "SUDHAS PARADISE"
62, Pondy Bazaar, Below Karur Vysya Bank), Opp. Hotel Saravana Bhavan, T.Nagar, Chennai - 17. Ph : 2432 2644, 2433 1060

e-mail : narayana_thenarayanapearls@yahoo.co.in   www.thenarayanapearls.com

---

ஒவ்வொரு மாதமும் பௌர்ணமி அன்று மானஸரோவர் தடாகத்தில் புனித நீராடல்

திருக்கயிலாயம்-மானஸரோவர்-முக்திநாத்

10ம் ஆண்டு புனித யாத்திரை மே, ஜூன், ஜூலை, ஆகஸ்ட் , செப்டம்பர் 2008

புறப்படும் மாதங்கள் சித்ரா பௌர்ணமி அன்று (20-4-2008) முதல் குழுவினர் மானஸரோவரில் ஸ்நானம்!

காட்மண்டில் இருந்து (சூப்பர் டீலக்ஸ் வசதியுடன்) டயோட்டா கார் (4500 மாடல் புது வண்டி) மூலம் திருக்கயிலாயம் சென்று தரிசித்து பின் காட்மண்டு வருவதற்கு 16 நாட்கள் ஆகும். அனைத்து கட்டணம் உட்பட **ரூ.54,900/- மட்டுமே.**

சென்னையிலிருந்து இரயில் மூலம் காட்மண்டு சென்று, அங்கிருந்து டயோட்டா கார் (4500 மாடல் புது வண்டி)மூலம் திருக்கயிலாயம் சென்று தரிசித்து. பின் இரயில் மூலம் சென்னை வருவதற்கு 22 நாட்கள் ஆகும். இரயில் கட்டணம் உட்பட (சூப்பர் டீலக்ஸ் வசதியுடன்) **ரூ.58,900/- மட்டுமே.**

சென்னையில் இருந்து டெல்லி வழியாக விமானத்தில் காட்மண்டு சென்று, அங்கிருந்து டயோட்டா கார் (4500 மாடல் புது வண்டி) மூலம் திருக்கயிலாயம் சென்று தரிசித்து, பின் விமானம் மூலம் டெல்லி வழியாக சென்னை வருவதற்கு 16 நாட்கள் ஆகும். தாங்களே அந்தந்த தேதியில் விமான டிக்கெட்டுகளை முன்னதாகவே குறைவான கட்டணத்தில் பதிவு செய்து கொள்ள உதவி செய்யப்படும்.

♦ மானஸரோவரில் … சிறப்பாக பூஜை, ஹோமம் செய்யப்படும் ♦ ஒரு ஜீப்பில் (New Jeep) 4 அன்பர்களை மட்டுமே அழைத்துச் செல்கிறோம் ♦ திருக்கயிலை திருப்பயணம் வீடியோ எடுக்கப்படும் ♦ யாத்திரை காலம் முழுவதும் ஆசாரமான அனுபவமிக்க பிராமணாள் உணவு ♦ மருத்துவ வசதி ♦ … (Mud Houses) ♦ … ♦ சென்னையிலிருந்து திருக்கயிலாயம் சென்று கிரிவலம் வந்து திருக்கயிலைநாதனை தரிசித்து ஊர் திரும்பி வரும் வரை நாங்கள் கூடவே இருந்து சிறப்பான சேவை செய்கிறோம்.

தமிழ்நாட்டிலிருந்து யாத்ரீகர்களை பாதுகாப்புடனும் தரமான வசதிகளுடனும் சுகாதாரமான தென்னிந்திய உணவு வகைகளை 3 வேளை வழங்கி ஒவ்வொரு குழுவிலும் டாக்டர் மற்றும் சிவாச்சாரியார் துணையுடன் அழைத்து செல்லும் அனுபவமிக்க நிறுவனம்.



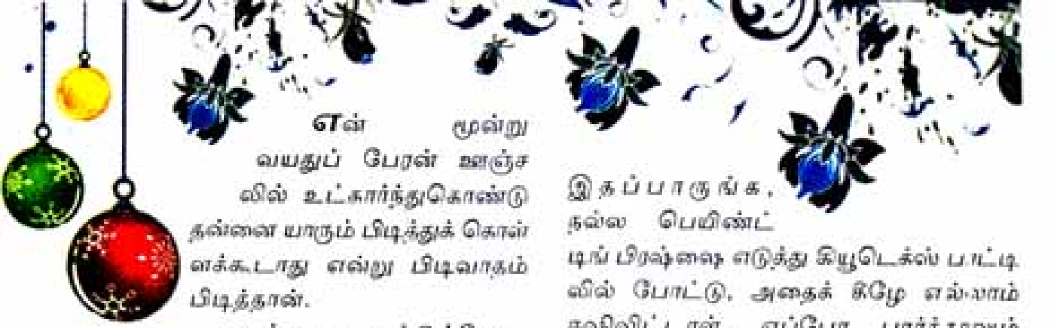
ஸ்ரீ அன்னபூரணி யாத்ரா சர்வீஸ்

(Specialist in Holy Mt.Kailash - Manasarovar & Mukthinath Yatra)

68, நடுத்தெரு, மயிலாப்பூர், சென்னை - 600 004.

Cell : 99400 82323 / 94446 76757 (24 Hrs)





மம்மி ஃபிரீ!

என் மூன்று வயதுப் பேரன் ஊஞ்சலில் உட்கார்ந்துகொண்டு தன்னை யாரும் பிடித்துக் கொள்ளக்கூடாது என்று பிடிவாதம் பிடித்தான்.

ஊஞ்சலை ஆட்டும்போது



அவன் கீழே விழுந்து விடுவானே என்று நான், ''சரி நீ சங்கிலியைப் பிடித்துக் கொள்'' என்று கூறவும், அவன் தன் கழுத்திலிருந்த சங்கிலியை இறுகப் பிடித்துக்கொண்டு ''இப்போ நான் விழமாட்டேன்தானே?'' என்று கேட்க, எங்களுக்கு சிரிப்புத் தாங்கவில்லை.

- ஆர். ஜானகி, கும்பகோணம்

யு.கே.ஜி. படிக்கும் என் பேத்தி சிநேகாவும், என் மகள் கிருத்திகாவும் சென்னையிலிருந்து வந்திருந்தார்கள். என் பேத்தி சிநேகா படுசுட்டி. அசாத்திய விஷமமும் செய்வாள். இரண்டுடு நாட்கள் முன்பு என் மகள், ''இடியட், நான்சென்ஸ் இப்படிச் செய்யலாமா?'' என்று சிநேகாவைக் கோபமாய்ப் பேசியிருக்கிறாள். ''என்ன விஷயம்?'' என்று நான் கேட்க, என் பெண்ணோ, ''அம்மா, இதைப்பாருங்க, நல்ல பெயிண்டிங் பிரஷ்ஷை எடுத்து கியூடெக்ஸ் பாட்டிலில் போட்டு, அதைக் கீழே எல்லாம் ஈஷிவிட்டாள். எப்போ பார்த்தாலும் விஷமம்'' என்று அலுத்துக் கொண்டாள். ''சரி விடு, குழந்தையைத் திட்டாதே'' என்று கூறிவிட்டு என் பேத்தியைக் கூப்பிட்டால், ஆளைக் காணோம்

அதற்குள் என் பெண் ''அம்மா இதோ பாருங்க'' என்று ஒரு சிறிய பேப்பரைக் காட்டினாள். அதில் 'MY OUT' என்று பென்சிலால் எழுதி வைத்துவிட்டு, என்பேத்தி வீட்டை விட்டு வெளியே போய் படியில் 'உம்'என்று உட்கார்ந்து இருந்தாள். பதறிப்போய்ப் பார்த்தால், என்னிடம் புகார் அம்மாவைப் பற்றி. சமாதானம் செய்து உள்ளே (சிரிப்புடன்தான்) அழைத்து வந்தேன். மறுநாள் மாப்பிள்ளை வந்தவுடன் இந்த நிகழ்ச்சியைக்கூறினேன். உடனே அவர் சிநேகாவைத் தூக்கிக்







கொண்டு 'மை அவுட்', 'மை அவுட்' என்று வெளியே போய் போய் உட்கார்ந்ததில் ஒரே சிரிப்பலை!

- சாரதா வெங்கட்ராமன்,
மதுரை



நாங்கள் ஒருமுறை வீட்டுக்கு வேண்டிய பாத்திரங்களை வாங்கி வந்து அவற்றைப் பிரித்து அடுக்கிக் கொண்டிருந்தோம். அங்கு வந்த என் மகன், ஒரு பாத்திரத்தில் ஒட்டியிருந்த விலை ஸ்டிக்கரை எடுத்துத் தன் நெற்றியில் ஒட்டிக்கொண்டான். இதைப் பார்த்த என் சகோதரர் ''இவன் விலை ரூ. 200/-. யார் வேண்டுமானாலும் ரூ. 200/- கொடுத்து இவனை வாங்கிக் கொள்ளலாம்'' என்று அறிவித்தார். உடனே என் மகன், ''இந்தப் பையனை வாங்குகிறவர்களுக்கு இந்த மம்மி ஃப்ரீ'' என்றானே பார்க்கலாம்.

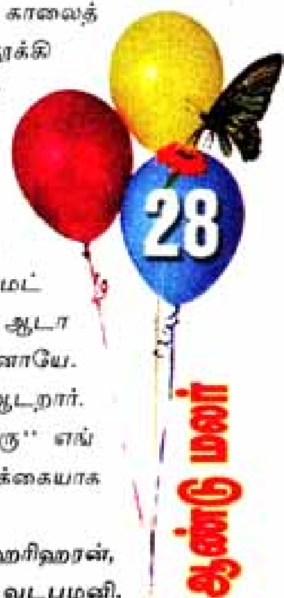
- ஜெ. ஜெயலலிதா, பீ.பீ. குளம்.

சனிக்கிழமை நண்பர் வீட்டுக்குப் போயிருந்தோம். விடுமுறையில் இருந்த அவரது எல்.கே.ஜி. மகன், ''இன்னிக்கு ஆபீசுக்குப் போகணுமாப்பா?'' என்றான். ''ஆமாண்டா. ஆபீசுக்குப் போனால்தானே பணம் கிடைக்கும். அப்பத்தானே தாராளமா செலவு பண்ண முடியும்'' என்று அவனுக்குப் புரியும்வகையில் கூறினார். ''ஏன் ஆபீசுக்குப் போகணும்? மிஷினில் கார்டு போட்டுப் பணம் எடுத்துக்கலாம்பா'' என்றானே பார்க்கலாம். ஒருமுறை இவர் ஏ.டி.எம்.மில் கார்டு போட்டுப் பணம் எடுக்கும்போது கூடவே பார்த்துக்கொண்டிருந்ததன் விளைவு என நண்பர் கூறினார்.

- உமா மணி, சென்னை - 114.

எங்கள் மகன் தேஜஸை அழைத்துக் கொண்டு கோயிலுக்குப் போயிருந்தோம். அங்கு சுவரில் நடராஜரின் பலவிதமான நடனக் காட்சிகள் வரையப்பட்டிருந்தன. வலது காலைத் தலைக்கு மேலே தூக்கி ஆடும் ஊர்த்தவ தாண்டவம் அவற்றில் ஒன்று. அதைப் பார்த்ததும் அவன் சொன்னான், ''அம்மா, என்னை மட்டும் காலைத் தூக்கி ஆடாதேன்னு சொன்னாயே. இப்போ சாமியே ஆடறார். விழப் போறார் பாரு'' எங்களுக்கு ஒரே வேடிக்கையாக இருந்தது.

- சௌமியா ஹரிஹரன்,
வடபழனி.





குப்பை

தலைப்பைப் பார்த்ததுமே ஏதோ வீட்டுப் பராமரிப்புக்கான டிப்ஸ்... என்று அலுத்துக் கொள்பவர்களுக்கு ஸாரி. இது நான் அட்வைஸ் செய்வதற்காக எழுதியது என்பதைவிட நான் உணர்ந்த ஓர் அனுபவத்தை உங்களோடு பகிர்ந்துகொள்ள எழுதியது. இப்படிப் பகிர்ந்து கொண்டாலாவது கொஞ்சம் மனப்பாரம் குறையும்.

அது அழகான ஞாயிறு காலைப் பொழுது. வழக்கம் போல காலை நாளிதழிலும் டிவி முன்பு கிரிக்கெட் மேட்சிலும் மூழ்கியபடி என் கணவர்.

''ஞாயிற்றுக்கிழமைன்னா இப்படித்தான் இருக்கணும்னு யார் சட்டம் எழுதி வைச்சாங்கன்னு தெரியலை. ஏதாவது ஹெல்ப் வேணுமான்னு ஒரு வார்த்தை கூட கேட்கக்கூடாதா?'' என்று முணு முணுத்தபடியே காய்கறிகளை நறுக்கிக் கொண்டிருந்தேன்.

''என்னங்க அடுத்த வாரம் எங்க அத்தை பொண்ணு ஸ்டேட்ஸ்லேருந்து வர்றா. வரும்போது நம்ப வீட்டுக்கும் வரப்போறதா மெயில் அனுப்பியிருக்கா...''

''ஓ. யாரு போன தடவை வந்த போது இங்க வர்றதா சொன்னதைக் கேட்டு விழுந்து விழுந்து புதுசா ஏதோ ரெஸிபியெல்லாம் கத்துக்கிட்டு ட்ரெயல் பார்க்கிறேன் பேர்வழியேன்னு எல்லாத்தையும் வேஸ்ட் செஞ்சு கடைசியில் அவங்க ப்ரொக்ராம் கேன்ஸல் ஆனதும் புலம்பித் தீர்த்தியே அந்த அத்தைப் பொண்ணா?'' என்று வம்புக்கு இழுத்தார் அவர்.

''என்னைக் குறைசொல்லவேண்ணா உங்களுக்குத் தூக்கம் வராதே... அது இல்ல. அவங்க வர்றதுக்கு முன்னால வீட்டை முதலில் ரொம்பக் க்ளீனா வைக்கணும். இல்லேண்ணா தூசி, குப்பைன்னு அவ பந்தா தாங்க முடியாது...'' என்று புலம்பியபடியே பழைய நாளிதழ்களையெல்லாம் அடுக்கி வைத்தபோது, என் கண்களில் பளிச்சிட்டது ஒரு விளம்பரம். அதுதான் அன்றைய பொழுதின் வில்லன்.



டி.சுமதி ராம்குமார்

வேட்டை!

சிரிகதை



''புரானா தீஜியே, நயே லீஜியே'' அதாவது பழைய பொருட்களைத் தந்துவிட்டு புதிய பொருட்களை எடுத்துச் செல்லுங்கள் என்ற விளம்பரம்தான் அது.

பழைய செய்தித்தாள்கள் கிலோ ரூ. 25. துணிகள் ரூ. 200 என்றவாறு பட்டியல் நீண்டதும் எனக்கோ ஒரே பிரமிப்பு. ஆஹா... பருத்திப் புடைவையாகக் காய்த்து உடுத்தியே விட்டது போலல்லவா இருக்கிறது. வீட்டில் பழைய பொருட்களை ஒழித்துக்கட்டத் தீர்மானித்த உடனேயே இப்படியொரு லாபகரமான வாய்ப்பா?

''இன்னிக்கு மட்டும் எனக்கு ஹெல்ப் பண்ணுங்க. எல்லாத்தையும் க்ளீன் செய்து புதிதாக ஏதாவது வாங்கலாம்'' என்று கெஞ்சிக்கூத்தாடி தங்க வேட்டை போல குப்பை வேட்டைக்குத் தயாரானோம்.

ஒருவழியாக தேவையில்லாத பழைய ட்ரெஸ், பழைய செய்தித்தாள்கள் (காலையில் படித்துக் கொண்டிருந்தது உட்பட) மூட்டைகள் ஆயின. ''இது இருக்கட்டும், இது வேண்டும், என்று தூக்கிப் போட மனசில்லாத நீயா இப்படி மாறினாய்? வெரிகுட் இதற்கே கை கொடு'' என்று பாராட்டியதை

அசட்டுச் சிரிப்புடன் ஏற்றுக் கொண்டேன்.

பக்கத்து வீட்டுக்காரர்கள் ''என்ன ஊருக்குப் பயணமா? எப்ப ரிட்டர்ன்?'' என்று கேட்டதும், எரிச்சலை அடக்கிக் கொண்டு ஆட்டோவில் ஏறினேன்.

கடைக்குப் போனால் ஏகப்பட்ட கூட்டம். என் கணவரோ, ''நீதான் குப்பைச் சேர்ப்பதில் குயின் என்றால் இங்கே மாமன்னிகள் கூட்டமே வந்திருக்கு பார்!'' என்று கிண்டலடித்தார்.

ஒருவழியாக எல்லாவற்றையும் கொடுத்ததில் இரண்டாயிரம் ரூபாய்க்கு அனைத்தும் போனது. எனக்கோ ஒரே ஆச்சர்யம்.

''வாங்க, உள்ளே போய் பணத்தை வாங்கலாம்!'' என்று உள்ளே நுழைந்தேன். பக்கத்தில் இருந்த அறிவிப்புப் பலகையில் எழுதியிருந்தது என்னைத் திடுக்கிட வைத்தது.

''நீங்கள் பெற்ற தொகைக்கு ஐந்து மடங்காக பொருட்கள் வாங்கினால் மட்டுமே அந்தத் தொகை தள்ளுபடியாகத் தரப் படும். பணமாகக் கிடைக்கப் பெறாது'' என்றதும் ஒரே அதிர்ச்சி.

2,000 ரூபாய் தள்ளுபடிக்கு 10,000 ரூபாய் வரை பொருட்கள் வாங்க வேண்டும். 10,000 ரூபாய்க்கு என்ன வாங்கலாம் என்று யோசித்தபோது, ''ஆ! ஐடியா! என்னங்க புது வாஷிங்மெஷின் வாங்கலாமா? இந்த வாய்ப்பில் 2000 ரூபாய் மிச்சமாகும்'' என்றபடி உள்ளே போனோம்.

''நோ எலெக்ட்ரானிக்ஸ் திங்க்ஸ். ஒன்லி ட்ரெஸ், பாத்திரங்கள் மட்டுமே'' என்றார்கள்.

''வாங்க திரும்பிப் போகலாம். பத்தாயிரம் ரூபாய்க்கு என்ன வாங்க முடியும் நல்லா ஏமாத்திட்டாங்க'' என்றதும் என் கணவர், ''அந்தக் கவலை உனக்கு ஏன் எனக்கு ட்ரெஸ், நம்ம செல்லக் குட்டிக்கு காலேஜ் போறதுக்கு ஜீன்ஸ் ஷர்ட்ஸ்னு வாங்கலாம். எதிர்காலத்துக்கானதை இப்பவே இவனுக்கு வாங்கலாமே!'' என்று என் இரண்டு வயதுப் பையனைக் காண்பித்ததும் எனக்கு அப்படியே கோபம் உச்சிக்குப் போனது.

'அடப்பாவி, இப்படியா விளம்பரம் செய்து ஏமாற்றுவார்கள்?' என ஆயிரம் தடவை புலம்பித் தீர்த்து அழுகையே வந்தது. இவரும், ''இதோ பார், தள்ளுபடி சலுகை என நல்லா ஏமாந்து போயாச்சு. பழைய குப்பைகளைக் கொடுத்துவிட்டு இப்போது புதிய குப்பைகளைச் சேர்க்காதே. நமக்கு எது எப்போது தேவையோ அதைக் கொஞ்சம் கூட பணம் கொடுத்தாவது அப்போது வாங்கிக் கொள்ளலாம். தேவையே இல்லாதபோது தள்ளுபடிக்காக ஒன்றை வாங்காதே'' என்றார். எனக்குத் தலையில் ஆணி அடித்தாற்போலப் பதிந்தது.

ஒருவழியாக வீட்டில் குப்பைகளாவது ஒழிந்து காணாமல் போனது என்று மனதை கஷ்டப்பட்டுச் சமாதானப்படுத்திக் கொண்டு வீடு திரும்பினேன்.

உள்ளே நுழையும்போது எதிர் வீட்டில் உள்ளவர்கள் குப்பை மூட்டையோடு விளம்பர நோட்டீஸுடன் வெளியே கிளம்பிப் போனார்கள்.

சிரிப்பை அடக்கிக்கொண்டு உள்ளே நுழைந்தோம். சுத்தமான வீடு வரவேற்றது! ●



புதிதாகக் குழந்தை பிறந்திருப்பவர்களுக்கு குழந்தை பிறந்த நேரம், இடம் போன்றவற்றைக் கேட்டு கம்ப்யூட்டரில் ஜாதகம் கணித்து பரிசளிக்கலாம்.

- எல். மோஹனசுந்தரி கோபி,
கிருஷ்ணகிரி - 1.



✆ கலர் காகிதப் பந்தை என் பேத்தி செய்து அசத்திவிட்டாள். வீட்டுக்கு அலங்காரமாகவும், அம்சமாகவும் விளங்குகிறது. இதைப் போலவே எளிதான பொருட்களைச் செய்து மகிழ வழிகாட்டுங்கள்!

வாழப்பாடி, ஸ்ரீ செல்வ அரசி.

✆ ஒற்றை ரோஜாவுடன் வந்த ஒரு வார்த்தையுடன் எவ்வளவு யதார்த்தமான வாழ்வியல் டிப்ஸ். மிக அருமை. தனியே பத்திரப்படுத்திவிட்டேன். எந்த நிலையிலும் எந்தக் காலத்துக்கும் பொருந்தும். அழகான, மனதுக்குள் ஊடுருவும் சக்தி மிக்க வார்த்தைகள். அனுஷாவுக்கு தேங்க்ஸ்.

சென்னை - 4, இவ்யா சாந்தாராம்.

✆ போகி வந்த வரலாற்றைச் சொன்ன 'அடையாளம்

வாழ்க நூறாண்டு!



சொன்ன பரங்கிப் பூ'வைப் படித்ததால் பூத்தது பூரிப்பு!

நெல்லை,
ஆர்.ஜி. ஏ. சாயி பிரேம்பாலா.

✆ தைத் திருநாளுக்காக தாங்கள் பிரசுரம் செய்திருந்த பொங்கல் கோலங்களைப் போட்டு, தொடர்ந்து எங்கள் இல்ல வாசலை அழகுபடுத்தினோம்.

ஈரோடு, யாழ்மொழி.

✆ நான் மங்கையர் மலர் தொடங்கியது முதல் தவறாமல் வாங்கிப் படித்து, அப்போதைக்கப்போது எழுதியும் வருபவள். நான் எழுதியது வந்தால் மகிழ்ச்சி அடைவேன். வராமல் போனால் மனம் தளர மாட்டேன். இந்த உடலில் உயிர் உள்ளவரை மங்கையர் மலர் படிப்பதையோ, எழுதுவதையோ நிறுத்த மாட்டேன். 28 வது ஆண்டில் அடியெடுத்து வைக்கும் மங்கையர் மலர், பல நூறாண்டுகள் வாழ்ந்து மணம் பரப்ப மனப்பூர்வமாக வாழ்த்துகிறேன்.

ஹைதராபாத் - 4, பிரபா டாக்கர்.

✆ 'கறவை' சிறுகதையைப் படித்தபோது, 'ஆஹா' இப்படி ஒரு மாமியார், மருமகளா என்று ஏற்பட்ட மகிழ்ச்சி, கதையின் முடிவில் அதிர்ச்சியாகிவிட்டது. மறக்க முடியாத அழுத்தமான சிறுகதை!

மதுரை - 2, ஜெயா ராஜாமணி.



✆ "பொண்ணு மாப்பிள்ளை 64 ..." இணைப்பு இனிமை. குறிப்புகள் அனைத்தும் அருமை. மிக மிக உபயோகமான, தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய குறிப்புகளாக இருந்ததால் உடனே அதை 'ஏப்ரல் மாதம் வரப் போகும் என் மருமகளுக்குப் பரிசாகக் கொடுத்து விட்டேன். என் பிள்ளைக்குப்

படித்துக் காண்பித்தேன். நன்றி மங்கையர் மலரே.

பெங்களூர் - 94, ராதா நரசிம்மன்.

© தைராய்டு... நோய்களின் ராஜா! டாக்டர். ஆர். ஞானசம்பந்தம் அவர்களின் விரிவான விளக்கக் கட்டுரை அருமை. சுலபமாகப் புரிந்து கொள்ள முடிந்தது. நன்றி.

சூளைமேடு, கே.எஸ். பொன்னம்மாள்.

© மங்கையர் விரும்பாத ப்ளவுஸ் ரகம் உண்டா? விதவிதமான ரவிக்கை டிசைன்களை அளவுகளுடனும், விளக்கப் படத்துடனும் வெளியிட்ட தையற்கலை தெரிந்த பெண்களுக்கு வரப்பிரசாதம். இளம்பெண்களுக்கு பொக்கிஷம்! புதுப் புது பகுதிகளைப் புகுத்தும் மங்கையர் மலருக்கு நன்றி.

திருச்செங்கோடு, எஸ். உஷா சுதர்ஸன்.

© தன் மனக்குறைகளை அம்மாவிடம் சொல்லி ஆறுதல் தேடிக் கொள்வதைப் போல நம் மங்கையர் மலரில் தங்கள் துயரங்களை வெளியிட்டிருந்த நர்ஸ்களுக்கு வாசக சகோதரிகள் சார்பில் ஆறுதலையும், எதிர்ப்புகளை ஏணியாக்கி வாழ்வில் சாதிக்க வாழ்த்துகளையும் தெரிவிக்கிறேன்.

கரூர், ஜனனி விஜய்குமார்.

© பெற்றோர்களையும், உடன் பிறந்தோரையும் சுமையாக எண்ணி, தன் சுகத்தை மட்டுமே பெரிதாக நினைத்து, அவர்களை விட்டு விலகியிருக்கும் இக்கால ஆண்களுக்கிடையே 'இதமான சுமைகள்' மணி கம்பீரமான ஆண் மகனாய்த் திகழ்கிறான். பலருக்குப் பாராட்டப்பட வேண்டியவர்.

ராசிபுரம், நாகை சந்திரா.

© அகிலா கார்த்திகேயன் எழுதிய ''பெட்டர் லக்(ஙம்) நெக்ஸ்ட் டைம்'' நகைச்சுவையைப் படித்து சிரித்துச் சிரித்துப் போதுமாய்ப் போய்விட்டது. இதுபோன்ற நகைச்சுவைக்



கதைகள் நிறையவே வெளியிடலாமே!

பெங்களூர் - 28, மனோரமா கோபிநாத்.

© அட்டைப்பட ஸ்ரீதேவி அழகோ அழகு!

கும்பகோணம், எம். சகுந்தலா தேவி.

© தேவிபாலாவின் 'அமாவாசை நிலவு' சூடுபிடிக்க ஆரம்பித்து விட்டது. மைத்ரேயி பௌர்ணமி நிலவாக ஜொலிக்க வாழ்த்துகள்.

கடலூர், விநாயகம் பிள்ளை.

ஜலதோஷ நிவாரண உணவு!



இஞ்சி புலவ்

தேவையான பொருள்கள்:

வடித்த சாதம் - 1 கப்
துருவிய இஞ்சி - 4 டீஸ்பூன்
பச்சை மிளகாய் - 2
வெங்காயம் நறுக்கியது - 4 டீஸ்பூன்
மஞ்சள் பொடி - அரை டீஸ்பூன்
உப்பு - தேவையான அளவு
எண்ணெய் - 4 ஸ்பூன்
கடுகு,
கறிவேப்பிலை - கொஞ்சம்

செய்முறை:

வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு கடுகு, கறிவேப்பிலை

தாளித்து, பச்சை மிளகாய், வெங்காயம், இஞ்சி, மஞ்சள் பொடி ஒன்றன் பின் ஒன்றாகப் போட்டு, உப்பு போட்டு சாதத்தைக் கொட்டி, கிளறி இறக்கவும். தொண்டை கரகரப்புக்கு ஏற்ற உணவு!

தூதுவளை சாதம்

தேவையான பொருள்கள்:

வடித்த சாதம் - 1 கப்,
முள் நீக்கி சுத்தம் செய்த தூதுவளை இலை - 10,
கடலைப் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு - இரண்டு ஸ்பூன்
காய்ந்த மிளகாய் - 4
நெய் - 4 ஸ்பூன்
உப்பு - தேவையான அளவு

செய்முறை:

வாணலியில் அரை ஸ்பூன் நெய்விட்டு பருப்புவகை, மிளகாய், கல் உப்பு போட்டு வறுத்து எடுக்கவும். பிறகு தனியாக இலை யையும் வதக்கி எடுத்துக் கொள்ளவும். மிக்ஸியில் முதலில் பருப்பு, மிளகாயைப் பொடி செய்து, பிறகு இலையையும் போட்டு அரைக்கவும். மீதமுள்ள நெய்யில் சாதத்தைப் போட்டு பொடியையும் போட்டு, கிளறி எடுக்கவும்.





புதினாப் பொடி சாதம்

தேவையான பொருள்கள்:
வடித்த சாதம் - 1 கப்,
தேங்காய்த்துருவல் - 4 ஸ்பூன்
உ.பருப்பு - 4 ஸ்பூன்
காய்ந்த மிளகாய் - 5
புதினா ஒரு சிறிய கட்டு
நல்லெண்ணெய், நெய் - 2 ஸ்பூன்
புளி - 10 கிராம்
கல் உப்பு - தேவையான அளவு

செய்முறை:
புதினாவை அரை ஸ்பூன் நெய்யில் வதக்கி எடுத்துக் கொண்டு, பின் அனைத்து சாமான் களையும் வறுத்துப் பொடி செய்து, புதினாவை யும் சேர்த்து, நீர் விடாமல் அரைக்க வும். நெய், எண்ணெய் சூடு செய்து அதில் புதினா பேஸ்டைப் போட்டு சாதத்தை போட்டுக் கிளறி எடுக்கவும்.

பூண்டுப் பொடி சாதம்

தேவையான பொருள்கள்:
வடித்த சாதம் - 1 கப்
பூண்டு - 10 பல்

உ.பருப்பு, து.பருப்பு - 2 ஸ்பூன்,
மிளகாய் வற்றல் - 2,
நல்லெண்ணெய், கல் உப்பு.

செய்முறை: பருப்புகள், மிளகாய், கல் உப்பு ஆகியவற்றை எண்ணெய்விடாமல் வறுத்து அதன் பிறகு பூண்டையும் இலேசாக வதக்கவும். முதலில் பருப்புகளை மிக்ஸியில் நைசாகப் பொடித்து அத்துடன் பூண்டையும் சேர்த்து அரைத்ததும், நல்லெண்ணெய் சூடுசெய்து, பொடிபோட்டு சாதத்தினைப் போட்டுக் கிளறவும்.

பூண்டு சட்னி சாதம்

தேவையான பொருள்கள்:
அரிசி - 1 ஆழாக்கு
பூண்டு - ஒரு கட்டி
புளி - சிறிய எலுமிச்சை அளவு
காய்ந்த மிளகாய் - 4
கறிவேப்பிலை, கடுகு - தாளிக்க
எண்ணெய் - 50 கிராம்
மஞ்சள் பொடி - அரை ஸ்பூன்

செய்முறை:
பூண்டு, புளி, உப்பு, மிளகாய், பச்சையாக மிக்ஸியில் நீர் விட்டு நைசாக அரைக்கவும். குக்கரில் எண்ணெய் விட்டு கடுகு, கறிவேப்பிலை தாளித்து அரைத்த விழுதைச் சேர்த்து நன்கு கிளறி அரிசியைப் போடவும். அரிசிக்கு ஏற்ப நீர்விட்டு, மூன்று விசில் வந்ததும் இறக்கவும்.



கொள்ளு சாதம்

தேவையான பொருள்கள்:
அரிசி - 1 ஆழாக்கு
கொள்ளு - கால் ஆழாக்கு
இஞ்சிப் பூண்டு விழுது - 2 ஸ்பூன்
ப.மிளகாய் - 4,
சின்ன வெங்காயம் - 10
தக்காளி - 1,
பட்டை, கிராம்பு - 2,
ஏலம் - 1
தேங்காய்த் துருவல் - 4 ஸ்பூன்,
எண்ணெய் - 50 மில்லி.

செய்முறை:
கொள்ளைக் கழுவி இரண்டு மணி நேரம் ஊறவைக்கவும். பின் அரிசியையும் கொள்ளையும் சேர்த்து அரை மணி நேரம் ஊற வைக்கவும். பட்டை, கிராம்பு, ஏலம் தவிர, மற்றவற்றை மிக்ஸியில் நீர்விட்டு நைசாக அரைத்துக் கொள்ளவும். குக்கரில் எண்ணெய் விட்டு, பட்டை, கிராம்பு, ஏலம், தாளித்து ப.மிளகாய், சின்ன வெங்காயம், தக்காளி, தேங்காய் அரைத்த விழுது சேர்த்து வதக்கி, அரிசி, கொள்ளு போட்டு உப்பு போடவும். தேவையான நீர் விட்டு, மூன்று விசில் வந்தபின் இறக்கவும்.

மிளகு, கறிவேப்பிலைப்பொடி சாதம்

தேவையான பொருள்கள்:
வடித்த சாதம் - 1 கப்
மிளகு - 4 டீஸ்பூன்
கறிவேப்பிலை - 4 ஈர்க்கு
நெய் - 50 கிராம்
கல் உப்பு - தேவையான அளவு

செய்முறை:
மிளகை வெறும் வாணலியில் கருகாமல் வறுத்து எடுக்கவும். உப்பையும் வறுக்கவும். சூடான வாணலியில் கறிவேப்பிலையும் பொரித்து பொடி செய்து கொள்ளவும்.

வாணலியில் நெய்விட்டு உருகியதும் சாதம், பொடி போட்டுக் கிளறவும்.

இஞ்சிக் குழம்பு

தேவையான பொருள்கள்:
இஞ்சி - 50 கிராம்
ப.மிளகாய் - 4
பொடியாக அரிந்த
சின்ன வெங்காயம் - கால் கப்
தக்காளி - 1
புளி - சிறிய எலுமிச்சை அளவு
தேங்காய் சிறிய மூடி - 1
மஞ்சள் பொடி - அரை ஸ்பூன்
எண்ணெய் - 25 மில்லி
கடுகு - அரை ஸ்பூன்
உப்பு - தேவையான அளவு

செய்முறை:
இஞ்சியைச் சுத்தம் செய்து தேங்காயுடன் நைசாக நீர்விட்டு அரைக்கவும். வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு கடுகு, அரிந்த ப.மிளகாய், வெங்காயம் வதக்கி, தக்காளி சேர்த்து புளிக்கரைசல் ஊற்றவும். மஞ்சள் பொடி, உப்பு சேர்த்து அரைத்த விழுதினையும் சேர்த்து, கொதித்து எண்ணெய் பிரியும்போது இறக்கவும்.

பூண்டுக் குழம்பு

தேவையான பொருள்கள்:
உரித்த பூண்டு - அரை கப்
நறுக்கிய வெங்காயம் - கால் கப்
வெந்தயம் - கால் ஸ்பூன்
மஞ்சள் பொடி - அரை ஸ்பூன்
நல்லெண்ணெய் - 25 மில்லி
கெட்டியான புளிக்கரைசல் - 1 கரண்டி
கறிவேப்பிலை, கடுகு, மிளகாய்ப் பொடி - 2 ஸ்பூன்
தனியா - 2 ஸ்பூன்
உப்பு - தேவையான அளவு

செய்முறை: வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி, கடுகு போட்டு வெடித்ததும் பூண்டு சேர்த்து வதக்கவும். பின் வெங்காயம் போட்டு வதங்கியதும் பொடிகளைச் சேர்த்து உப்பு போட்டு புளிக்கரைசலை ஊற்றி எண்ணெய் பிரியும் போது வெந்தயத்தைப் பொடி செய்து போட்டு இறக்கவும்.

தனியா விதை சட்னி

தேவையான பொருள்கள்:
தனியா விதை - 25 கிராம்
காய்ந்த மிளகாய் - 4
தேங்காய்த் துருவல் - 1 மூடி (துருவியது),



புளி - எலுமிச்சை அளவு
கல் உப்பு - தேவையானவை அளவு

செய்முறை:
அனைத்தையும் கருகாமல் சிவக்க வறுத்து, மிக்ஸியில் நீர்விட்டு கெட்டியாக அரைத்தெடுக்கவும். சாதத்துடன் பிசைந்து சாப்பிட நன்றாக இருக்கும்.

கற்பூரவல்லி இலை மோர்க் குழம்பு

தேவையான பொருள்கள்:
கெட்டியாகக் கடைந்த மோர் - 2 கப்
கற்பூரவல்லி இலை - 10
காய்ந்த மிளகாய் - 2

மஞ்சள் பொடி - சிறிது
உப்பு - தேவையான அளவு

செய்முறை:

இலையை நைசாக மிக்ஸியில் அரைத்து மோருடன் கலக்கவும். வாணலியில் ஒரு ஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டு, கடுகு, கறிவேப்பிலை தாளித்து, மிளகாய் கிள்ளிப் போட்டு மோர்க் கரைசலைச் சேர்த்து உப்பு, மஞ்சள் பொடி போடவும். நுரைத்துப் பொங்கும்போது இறக்கவும்.

கொள்ளுத் தொக்கு

தேவையான பொருள்கள்:

மலர வேகவைத்த கொள்ளு - 1 கப்
வெல்லம் - கால் கப்
தேங்காய்த் துருவல் - 4 ஸ்பூன்
ஏலப் பவுடர் - 2 சிட்டிகை
நெய் - 50 கிராம்

என்னைக் கவர்ந்த வாசகம் :
மும்பைக்கு அருகிலுள்ள ஒரு ரயில் நிலையத்தில் டிக்கெட் இல்லாத பயணிகளின் மனம் புண்படுத்தாமலும், அதே சமயம் அதனால் ஏற்படும் நஷ்டத்தையும் தெரிவிக்கிறது.
- எஸ். விஜயலட்சுமி, மயிலாப்பூர்.



செய்முறை: கொள்ளையும், வெல்லத்தையும் மிக்ஸியில் போட்டு அரைத்து. தேங்காய்த்துருவல், ஏலம் சேர்த்து, கலந்து எடுத்து சூடான நெய்விட்டு அப்படியே சாப்பிடலாம். போளியாகவும் தயாரித்துச் சாப்பிடலாம்.

பச்சைக்கொள்ளு ரசம்

தேவையான பொருள்கள் :
கொள்ளு - 1 கைப்பிடி,
புளி சிறிய உருண்டை
(நெல்லிக்காயளவு),
உப்பு, காய்ந்த மிளகாய் - 2,
சீரகம் - 1 ஸ்பூன்,
மிளகு - ½ஸ்பூன்,
மஞ்சள் பொடி - ½ ஸ்பூன்,
பூண்டு - 2 பல்,
தாளிக்க எண்ணெய் - 1 ஸ்பூன்,
கடுகு - ½ ஸ்பூன்,
கறிவேப்பிலை - 1 ஈர்க்கு

செய்முறை :
கொள்ளினை அரைமணி நேரம் ஊறவைத்து அதனுடன் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் அனைத்தையும் மிக்ஸியில் நைசாக அரைத்துக் கொள்ளவும். வாணலியில் எண்ணெய், கடுகு, கறிவேப்பிலை தாளித்து அரைத்ததை விட்டு இரண்டு கப் நீர் சேர்த்து உப்புப் போட்டு கொதித்து நுரைத்து வரும்போது இறக்கவும்.

புதினா டீ

தேவையான பொருள்கள்:
புதினா - 10 இலை,
பால் - 1 தம்ளர்,
டீத்தூள் - 1 ஸ்பூன், சர்க்கரை.

செய்முறை : பாலுடன் புதினா, சர்க்கரை சேர்த்து இரு நிமிடங்கள் கொதித்த பின்னர் டீத்தூள் சேர்த்துக் கொதித்ததும் இறக்கி வடிகட்டி பருகவும்.

- ம. இந்திராணி, கோவை - 25.



அந்த மேளா, இந்த மேளா, கும்ப மேளா எனக் கொண்டாடும் நம் நாட்டில், 'அவரே பேளே'க்கு மாத்திரம் மேளா வேண்டாமா?

நம்ம ஊர் மொச்சைக் கொட்டைதான் கன்னடத்தில் 'அவரேபேளே, அவரே காளு'. கர்நாடகத்தில் டிசம்பரிலிருந்து மார்ச் வரை மொச்சைக் கொட்டை சீசன்தான். வீட்டில் சமைக்கும் உணவு, காலையிலிருந்து இரவு வரை இந்த அவரேபேளே புதுப்புது அவதாரங்கள் எடுக்கும்.

பங்களூரில் விஸ்வேஸ்வரபுரத்தில் இருக்கும் ஸஜ்ஜன்ராவ் சர்க்கிளில் நுழைந்தால், மொச்சை வாசனை மூக்கைத் துளைக்கும். தோலுடன் கூடியது, உரித்தது, நீரில் ஊற வைத்துப் பிதுக்கியது, காயவைத்தது என விதவிதமாக கடைபரப்பியிருப்பார்கள்.

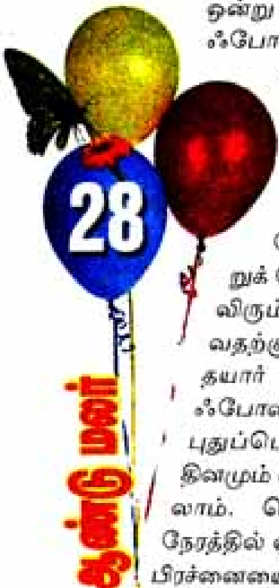
பனிக்காலத்தில்தான் மொச்சை நன்றாக விளையும். பங்களூரில் சுற்றுப்புறக் கிராமங்களில் விளையும் மொச்சைக் கொட்டைகளை நேரிடையாகவே கொள்முதல் செய்து, இந்த மேளாவை நடத்துகிறார்கள்.

இதைத் தவிர, காரத்தில் 30 வகைகளும், இனிப்பில் 30 வகைகளும் தயாரிக்கின்றனர். 'டாப் டென்'ல் முதலாவது அவரேகாளு தோசைதான். கடந்த 6 வருடங்களாக கீதா சிவகுமார் என்பவர் இந்த மேளாவை நடத்தி வருகிறார், ஐம்பது பேர் துணையுடன்!

- சுதாஹரன், பெங்களூர்.

கல்யாணப் பரிசாக மாத்திரை!

உங்க வீட்டில் யாருக்குத் திருமணம் என்றாலும் மணமக்களுக்கு நீங்கள் பரிசளிக்க வேண்டிய முக்கியமான பொருள் ஒன்று இருக்கிறது. அது ஃபோலிக் ஆசிட் மாத்திரைகள். 'அட! என ஆச்சரியப்படுகிறீர்களா?'



பொதுவாகவே, திருமணமான உடனேயே குழந்தை பெற்றுக் கொள்ள எல்லோருமே விரும்புவார்கள். கருவுறுவதற்கு கர்ப்பப் பையைத் தயார் செய்வதுதான் ஃபோலிக் ஆசிடின் வேலை. புதுப்பெண் தயங்காமல் தினமும் ஒரு மாத்திரை சாப்பிடலாம். பெண்களுக்கு பிரசவ நேரத்தில் ஏற்படும் 95 சதவிகிதப் பிரச்னையைத் தீர்ப்பது ஃபோலிக் ஆசிட் மாத்திரைகள்தான். ஃபோலிக் ஆசிட் மாத்திரையில் வைட்டமின் பி. 12 அதிகமாக உள்ளதால், குறைவான உடல் எடை, இரத்த சோகை போன்றவர்றுக்குச் சிறந்தது. பச்சைக் காய்கறிகளான பீன்ஸ், கீரை, பட்டாணி மற்றும் அசைவ வகையில் ஈரல் போன்றவற்றிலும் ஃபோலிக் ஆசிட் உள்ளது. கருவில் இருக்கும் சிசுவுக்குத் திடமான மண்டை ஓடு, பிரச்னை இல்லாத இதயம், உறுதியான முதுகுத்தண்டுவடம் அமைய, ஃபோலிக் ஆசிட் உதவுகிறது.

பெண் கருவுறுவதற்கு முன்பும், கரு உருவாகிய பின் மூன்று மாதங்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட வேண்டும்.

இம்மாத்திரையைச் சாப்பிடும்போது கூடவே இரும்புச் சத்து மாத்திரைகளையும் உட்கொண்டால், இரத்தத்தில் உள்ள சிவப்பு அணுக்கள் அதிகரிக்கும். பெண்களை அதிகமாக ஆட்கொள்ளும் மார்பகப் புற்றுநோய் மற்றும் குடல் புற்றுநோய் ஆகியவற்றிலிருந்து பாதுகாக்கிறதாம்!

இந்த மாத்திரையின் முக்கிய தன்மை இனப்பெருக்கத்தை ஏற்படுத்தி, கரு முட்டைகளைப் பாதுகாப்பதும்கூட! எங்கே கிளம்பிட்டீங்க? மருந்துக் கடைக்கா?

- ஜெயலட்சுமி கோபாலன்,
சென்னை - 64.

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

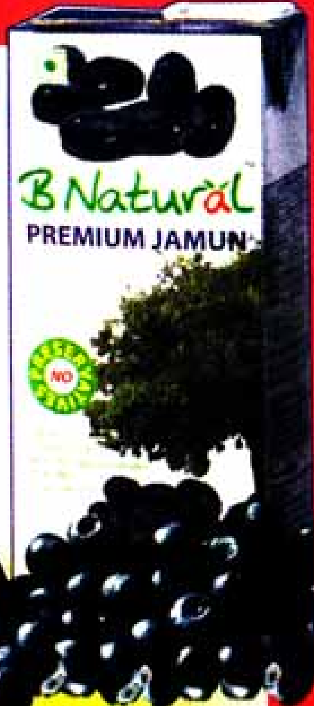
'பீ' நேச்சுரல்

இணைந்து வழங்கும்

ஜூஸ் 64!

ஏப்ரல் இதழுடன்...

குட்டி புக்!



அன்பு வாசகியரே!

சிவராத்திரி வந்ததும் குளிரும், பனியும் 'சிவ சிவா'ன்னு கிளம்பிப் போயிடும்! அப்புறம் நம்ப மாண்புமிகு சூரியன் ஓவர் டைம் செஞ்சு கொளுத்த ஆரம்பிப்பார்!

கோடை காயறதுக்கு முன்னால, விதவிதமா ஜூஸ் போடக் கத்துக்கிட்டாதானே, சுட்டும் வெயிலிலும், தாகத்திலிருந்தும் ஓரளவு தப்பிக்கலாம்!

ஜில்லுன்னு ஜோரா, ஜிக்குன்னு கூலா... ஜூஸ் வகைகளைச் சுருக்கமாக எழுதி அனுப்புங்க. ஒருவரே எத்தனை குறிப்புகள் வேண்டுமானாலும் எழுதலாம்.

தேர்ந்தெடுக்கப்படும் சுவையான 64 குறிப்புகள் 'ஜூஸ் 64'ல் (ஏப்ரல் மாத இதழுடன் வெளிவரும் 'குட்டி' புக்) இடம்பெறும். சிறந்த 10 குறிப்புகளுக்கு B Natural வழங்கும் ரூ. 500 மதிப்புள்ள 'கிஃப்ட் ஹாம்பர்ஸ்' பரிசு உண்டு. பிரசுரமாகும் அனைத்து குறிப்புகளுக்கும் 'டிஸ்கவுன்ட்' கூப்பன்களும் உண்டு. அஞ்சலட்டையின் மீது 'ஜூஸ் 64' என்று மறக்காமல் குறிப்பிடவும்.

கடைசித் தேதி : 20.2.2008

சர்க்கரைச்

தைப் பொங்கல் அன்று குளித்து முடித்து புத்தாடையுடன் அனைவரும் பூஜை அறையில் ஆஜர். நாவில் நீரூற குழந்தைகள் தவிப்புடன் பலகாரத்தில் கண்களை மேயவிட்டனர். தாத்தா வந்து கற்பூரம் காட்டினால் பட்டாசு வெடித்து எல்லா பட்சணங்களையும் சாப்பிடலாம் தான். தாத்தா வருவதற்குள் பலகாரங்கள் பேசத் தொடங்கின.

இளமஞ்சள் நிறத்திலிருந்த மைசூர் பாகு, தன் பக்கத்திலிருந்த லட்டுவிடம் பேசத் தொடங்கியது. ''மிஸ்டர் லட்டு, இங்கே இருக்கிற ஸ்வீட்ஸிலேயே நான் தான் அழகு. சுவையும் அதிகம். நீர் என்ன சொல்கிறீர்?'' என்றது.

''ஐயோ மைசூர்பாகே, உன் வாக்கே தப்பு. உதிரியாய் இருந்த நான் உருண்டையாய் ஆனது எப்படி? இவ்வீட்டு மனிதர்களின் பாசப்பிடிப்பில்தான். எனவே நான்தான் எல்லோருக்கும் பிடித்தவன்'' என்று எக்களித்தது லட்டு.

யாரோ சிரிக்கும் சத்தம்.

''யாரது?'' என மைசூர்பாக்கும் லட்டும் மிரண்டு கேட்டன.

''வேறு யார்... நான்தான்'' என்றது குலோப்ஜாமூன். ''என்ன பரிகாசச் சிரிப்பு?'' சீறியது லட்டு.

'கொழகொழவென்று இப்படி இருக்கும் போதே கொழுப்பைப் பார்த்தாயா இதற்கு?' கோபித்தது மைசூர்பாகு.

குலோப்ஜாமூன் பேசியது. ''சிரிக்காமல் என்ன செய்யட்டும்? நீங்கள் இருவரும் எப்படிப்பட்டவர்கள். உங்களைத் தயாரிப்பது எவ்வளவு கடினம். சாமான்யமாக உங்களைச் செய்ய முடியுமா? கொஞ்சம் அசந்தாலும் மைசூர்பாகு பல்லைப் பதம் பார்க்கும். லட்டு பிடிக்கவே அடங்காது. நான் அப்படியா? நினைத்தபோது எளிதாகத் தயார் ஆவேன். எனவே எனக்குத் தான் முதலிடம்'' என்றது குலோப் ஜாமூன்.

'நிறுத்து நிறுத்து' என்றொரு சத்தம் கேட்டு மூன்றுமே அதிர்ந்தன. கத்தியது ஜாங்கிரி. ''பொன் நிறத்திலே கோலம் போட்டது போலப் பின்னிப் பிணைந்து நிற்கும் என்னைவிட யாருமே சிறந்தவர் இல்லை. அழகிலும் சுவையிலும் அதிக மதிப்பெண் எனக்கு'' என்றது ஜாங்கிரி.

''இதெல்லாம் ஒரு அழகா?'' என்ற கேலிக்குரல் கேட்டது. பக்கத்திலிருந்த ரவாலட்டுத்தான் பேசியது. ''வெள்ளை நிறமோடு விழிப்பாய் இருக்கும் நான் தான் எல்லோர் உள்ளத்தையும் கவர்பவன். நீங்கள் எல்லோரும் என் பின் தான்'' என்றது ரவாலட்டு.

'ஐ.... தாத்தா வந்தாச்சு என்று பிள்ளைகள் குரல் ஓங்கி ஒலிக்க, பலகாரங்கள் அமைதியாயின. ''எல்லாம் ரெடியாயிருக்கு. கற்பூரம் காட்டிட்டு எல்லாரையும் ஆசீர்வாதம் பண்ணுங்க'' என்றனர் மகனும், மருமகளும்.

இலையில் இருந்த இனிப்புகளைப் பார்த்து தாத்தா, ''அட, இத்தனை செஞ்சாச்சா?'' என்று பாராட்டினார். படைத்து முடித்த தாத்தா ஆசீர்வாதமாய் ஒரு செய்தி சொன்னார்.



திரிப்பு!

''இங்கே இவ்வளவு இனிப்பு இருக்கே, இவற்றுக்கெல்லாம் இனிப்பு எப்படி வந்தது சொல்லுங்க பார்க்கலாம்?'' என்றார் குழந்தைகளிடம்.

''ஐயோ தாத்தா, இதுகூடத் தெரியாதா? சர்க்கரையிலயிருந்துதான்!'' என்றன குழந்தைகள்.

''அப்போ சர்க்கரை எங்கே?'' - தாத்தா.

''சர்க்கரை இதுக்குள்ளாரேயே இருக்கு'' - பேரன்.

''எங்கே காட்டு பார்க்கலாம்?'' - தாத்தா

''அது கரைஞ்சிருக்கும். இப்போ எப்படித் தெரியும்?'' எரிச்சலானாள் பேத்தி.

''சரி சரி விஷயத்துக்கு வருவோம்'' என்று தாத்தா விளக்கமாய் கூறத் தொடங்கினார். ''இத்தனை இனிப்புகளுக்கும் சர்க்கரை தான் காரணம். நாம் அந்த சர்க்கரையை மிஷினில் கொடுத்து அரைக்கிறோம். அடுப்பிலே வைத்து பாகு எடுக்கிறோம். இப்படியெல்லாம் செய்துதான் இத்தனை பலகாரமும் தயாராகுது.

''முன்னேற்றம் என்ற இனிப்பு வேணும்ன்னா உழைப்பு என்ற சர்க்கரையைப் பலவிதமாக பயன்படுத்த வேண்டும். பல நிற இனிப்புகளுக்கும் அடிப்படை வெண்மையான சர்க்கரை. அது மாதிரிதான் உங்கள் உயர்வுக்கும் அடிப்படை கடினமான உழைப்பு. இன்னும் சொல்லப்போனால் இந்த சர்க்கரைதான் உருவாவதற்கு ஆலையில் எப்படியெல்லாம் கஷ்டப்பட்டது தெரியுமா? எனவே நாமும் கஷ்டங்களைக் கண்டு துவளக் கூடாது. கடின உழைப்பு இருந்தால் முன்னேற்றம் நிச்சயம். அப்படிப்பட்ட முன்னேற்றமடைய உங்களை வாழ்த்துகிறேன்.''

''அட நம் பெருமையை தாத்தா இவ்வளவு நல்லா சொல்லிட்டாரே'' என்று அலமாரியில் இருந்த சர்க்கரை சிரித்துக் கொண்டது.

- கே.பத்மாசினி,
தமிழ்த்துறை, இந்திராகாந்தி
ஜெயந்தி மகளிர் கல்லூரி,
கீழ்கூடலூர், திண்டிவனம்

இந்தியாவை நேசிக்கிறேன்!

ஒரு நாட்டு மக்கள் பல்வேறு மொழியினராக, பல்வேறு மதத்தினராக, பல்வேறு இனத்தினராக இருக்கலாம். அவர்கள் இவை போன்ற வேறுபாடுகளைக் கடந்து, ஒன்றாய் இணைந்து வாழ்வதே தேசிய ஒருமைப்பாடு!

''முப்பது கோடி முழுமையும்
வாழ்வோம் - வீழில்
முப்பது கோடி முழுமையும்
வீழ்வோம்''

என்ற பாரதியின் முழக்கம் தேசிய



ஒருமைப்பாட்டுக்குச் சரியான விளக்கம். இந்த தேசிய ஒருமைப்பாடே உலக அமைதிக்கும் பெரும் எடுத்துக்காட்டாக அமையும்.

''புதியதோர் உலகம் செய்வோம்
- கெட்ட
போரிடும் உலகத்தை
வேரொடு சாய்ப்போம்''

என்ற பாரதிதாசனின் விருப்பப்படி உலக அமைதியின் மூலம் புதியதோர் உலகம் செய்வோம். வேற்றுமையில் ஒற்றுமை காண்பதே இந்தியாவின் தனித்தன்மை. மொழியால், இனத்தால், மதத்தால், பழக்க வழக்கங்களால் நம் நாட்டு மக்கள் வேறுபட்டவர் என்றாலும், சிந்தையால், சொல்லால், செயலால் ஒன்றுபட்டு விளங்கினால் தான் வேற்றுமை நீங்கும் ஒருமைப்பாடு பிறக்கும்; நாடு சிறக்கும்.

சாதி, மத பேதங்களை ஒத்க மறுக்க வேண்டும். இளைஞர்கள் சமுதாயக்கூடங்கள் அமைத்து தங்களது குறைகளைத் தாங்களே தீர்த்துக்கொள்ளும் பழக்கத்தை வளர்க்க வேண்டும். மேலும், எவ்வுயிரும் தம் உயிர் போல் எண்ணி உலக அமைதியைக் காப்பதை தலையாய கடமையாகக் கொள்ள வேண்டும்.

''எவ்வுயிரும் தம்முயிர் போல் எண்ணி இரங்க வேண்டும்'' என்றார் வள்ளலார். ''அன்பர் பணி செய்தால் இன்பநிலை வந்து எய்தும்'' என்றார் தாயுமானவர்.

''நான் இந்தியாவை நேசிக்கிறேன்''

- இதுவே, இன்றைய தலைமுறையினராகிய நாம் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டிய உறுதிமொழி. இதிலிருந்து எல்லா நன்மைகளும் பிறக்கும். தேசிய ஒருமைப்பாட்டிலிருந்து ஒரே உலகம் உருவாகும்.

''பாருக்குள்ளே தெய்வம் ஒன்று -
இதில்
பற்பல சண்டைகள் வேண்டா''

என்ற பாரதியின் சிந்தனையோடு உலக நாடுகளிடையே நல்லெண்ணம் தழைக்கட்டும்! உலக அமைதி நிலைக்கட்டும்!

- டி.சாய் கீர்த்தனா,
பி.எஸ்ஸி., 2-ஆம் ஆண்டு,
ஜெய்ராம் கலை & அறிவியல் கல்லூரி,
சின்ன திருப்பதி,
சேலம்

ரூ.100/-
பரிசு பெறும்
'சிரி'க்ஸ்

எஸ்.எம்.எஸ். ஜோக்ஸ் போட்டி முடிவு!



''நேத்து பார்லிமெண்ட்ல புதுசா ஒரு சட்டம் போட்டிருக்காங்களாம், தெரியுமா?''

''என்ன சட்டம் போட்டிருக்காங்க?''

''அழகா இருந்தா வரி கட்டணுமாம்; நல்லவேளை கடவுள் புண்ணியத்துல நீ தப்பிச்சுட்ட? நான் மாட்டிக்கிட்டேன்!''

- என். மகாராணி, பி.லி.ஏ. (மூன்றாம் ஆண்டு),
பாத்திமா கல்லூரி, மதுரை.

1 மில்லி கிராம்
1 கிராம்
1 கிலோ கிராம்
1 டன்
1 குவிண்டால்

என்ன முழிக்கிறே? நாங்கள்ளாம் 'வெயிட்'ஆ மெசேஜ் அனுப்புவோம்ல!

- வே. சந்தியா,
பி.ஈ., அண்ணா பல்கலைக்
கழகம், சென்னை.

வீடு வரை வேண்ட் லைன்
வீதி வரை காயின்பாக்ஸ்
காடு வரை செல்லு
கடைசி வரை பில்லு
இது 2008 வொன்று!

- வி.ஜே. பத்மப்ரியா,
பி.எஸ்ஸி., (இறுதியாண்டு),
சபி அம்மாள் அஹமத்
மொய்தீன் மகளிர் கல்லூரி,
திருவாரூர்.

''தண்ணீரில் மூழ்கியவனைக் காப்பாற்றுவது எப்படி?''

''முதலில், தண்ணீரிலிருந்து அவனை எடுக்கணும். இரண்டாவது, அவனிடமிருந்து தண்ணீரை எடுக்கணும்.

- ஆர். ஜனனி,
பி.ஈ., (இரண்டாம் ஆண்டு)
சி.எஸ்.ஈ., வள்ளியம்மை பொறியியல்
கல்லூரி, காட்டாங்குளத்தூர்.

சேல்ஸ்மேன் : எறும்பு பவுடர் வாங்கிக்குங்க சார். நல்லா இருக்கும்.

மிஸ்டர் எக்ஸ் : வேண்டாம்பா. அப்புறம் கொசு லிப்ஸ்டிக் கேட்கும்.

- என். ஆர்த்தி ஹரிணி,
எம்.சி.ஏ., (இரண்டாம் ஆண்டு)
ஏ.வி.சி. பொறியியல் கல்லூரி,
மயிலாடுதுறை.

சிரிக்க வெச்சதுக்கு தேங்க்ஸ்!



வந்து குவிந்த மெஹந்தி டிசைன்களை ரசனையோடு தேர்வு செய்த 'கல்கி' நிறுவன ஓவியர்களுக்கு நன்றி.

வாழ்த்துக்கள் வின்னர்ஸ்!

1. எஸ். சரண்யா, ஆர்.வி.எஸ். கலை மற்றும் அறிவியல் கல்லூரி.
2. கே. செம்மலர், அழகப்பா பல்கலைக்கழகம்.
3. கே. கௌதமன், எஸ்.ஆர்.வி. உயர்நிலைப்பள்ளி
4. பூர்ணிமா - ஏ.எம்.எஸ். பாலிடெக்னிக் கல்லூரி.
5. பி. சந்தியா - ஸ்டேன்ஸ் ஆங்கிலோ இந்தியன் மேல்நிலைப்பள்ளி.

இந்த இளம் படைப்பாளிகளுக்கு ஸ்பெஷல் பரிசு உண்டு. மெஹந்தி ராஜா/ராணி பட்டங்கள் 'பூஞ்சாரல்' இறுதிப் போட்டி மேடையில் தரப்படும்.

[ஆசிரியர்].



அடுத்த போட்டிக்குத் தயாரா?

ஹாய்... காலேஜ் பாய்ஸ் அண்ட் கேர்ள்ஸ் பேனாவை எடுங்க... கிரிக்கெட் 'ஹைகூ'வா எழுதிக் குவியுங்க. ஜாலியான 'ஹைகூ'களுக்கு ரூ.100/- பரிசும் சான்றிதழும் உண்டு.

ச்சும்மா அடிச்சு விளாசுங்க!

* படிக்கும் படிப்பு, துறை, பள்ளி / கல்லூரி, வீட்டு முகவரி போன்ற தகவல்களோடு புகைப்படத்தையும் மறக்காமல் இணைக்கவும்.

கடைசித் தேதி : 12.2.2008

மங்கையர் மலர் வாசகியரே!! திரளாக வருக!

பூஞ்சாரல்

2007 - 2008

ஆட்டம்... பாட்டம்... கொண்டாட்டம்!

திருச்சியில் அரை இறுதிப் போட்டி...

16 . 02 . 2008 (சனிக்கிழமை)

ஸ்ரீமதி இந்திராகாந்தி கல்லூரி சத்திரம் பேருந்து நிலையம், திருச்சி - 620 002.

காலை 10 மணி முதல் மாலை 5 மணி வரை ❖ அனைவரும் வருக!

Fashion Fusion Fiction

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

நாட்டிலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

CINTHOL

நில அளவில்... பிரம்மாண்டமாய்...

கல்லூரிகளுக்கிடையே...

கலைத்திறமைப் போட்டிகள்!







"அம்மா, தாயே..."

பணத்தையே எண்ணமாய்க் கொண்டு
பிணத்திடமும் வோட்டுப்பிச்சை கேட்கும்
அரசியல்வாதி ஒரு பிச்சைக்காரன்.
தன்சொத்தையே மீண்டும் மீண்டும்
மனுஎழுதி உரிமைப்பிச்சை கோரும்
குடிமகன் ஒரு பிச்சைக்காரன்.
படித்த பட்டதாரி இளைஞனுக்கு
வேலைதர பணப்பிச்சை வாங்கும்
அரசு ஊழியன் ஒரு பிச்சைக்காரன்.
உண்மையை மறைக்க கள்வனைக்
காக்க பொய்ப்பிச்சை கதைக்கும்
வழக்கறிஞன் ஒரு பிச்சைக்காரன்.
தன் வயிற்றுக்குப் போராடி சம்பாதித்ததைச்
சிறுவியாபாரியிடம் லஞ்சப்பிச்சை வாங்கும்
காவலன் ஒரு பிச்சைக்காரன்.
சிறுவியாதி என வந்தவனை
மிகைப்படுத்திக் கட்டணப்பிச்சை வாங்கும்
மருத்துவன் ஒரு பிச்சைக்காரன்.
பலகோடி வார்த்தைகள் இருந்தாலும்
பிறமொழி வார்த்தைப்பிச்சை தேடும்
தமிழன் ஒரு பிச்சைக்காரன்!

- போ.பார்த்திபன்.
பயனீர் கலை மற்றும் அறிவியல்
கல்லூரி, ஜோதிபுரம், கோவை



ஏண்டா எல்லோரும் ரயில்வே ஸ்டேஷன்ல எம்.டி. பாட்டலோட நிக்கிறாங்க.

வரப் போறது சரக்கு ரயிலாண்டா.

- அ. ரூபினா,
பி.ஏ. மூன்றாம் ஆண்டு,
எம்.ஜி.இ.டி. மகளிர் கல்லூரி,
சென்னை - 89.



மாசி மாத மகிமைகள்!

✿ மாசி மாதம் பௌர்ணமியன்று, மகாமகம் வருகிறது. மகாமகத்தன்று கங்கை, காவிரி போன்ற சகல புண்ணிய நதிகளும் இந்தக் குளத்தில் வந்து சேரும் என்றும் சொல்வார்கள்.

✿ மாசி மாதம் விடியற்காலையில் நீராடுவதை 'மகா ஸ்நானம்' என்பர். மாசி மாதம் விடியற்காலையில் முழுக்க நீராடினால் அவரவர் விரும்பிய பயனை அடையலாம்.

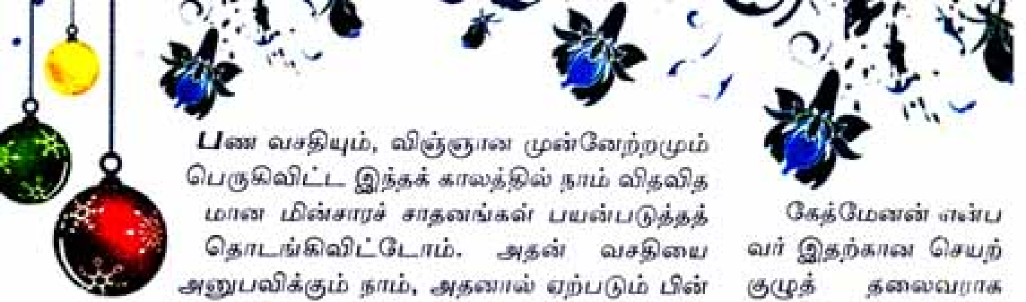
✿ வடநாட்டில் உற்சாகமாகக் கொண்டாடப்படும் ஹோலிப் பண்டிகை, கர்நாடகத்தில் பிரசித்தி பெற்ற மன்மதன் பண்டிகை, ஸ்ரீசுகப் பிரம்ம மகரிஷி, தன்வந்திரி, மெஹர் பாபா விழாக்களும் இந்த மாசியில்தான் கொண்டாடப்படுகின்றன.

✿ மாசியும், பங்குனியும் கூடும் நேரத்தில் விசேஷமான காரடையான் நோன்பு கொண்டாடப்படுகிறது.

✿ இந்த நோன்பை முறைப்படி அனுசரிக்கும் பெண்களுக்கு மாங்கல்ய பாக்கியம் தீர்க்கமாகும் என்பது ஐதிகம்.

- ஜெ. வனிதா,
சென்னை - 1.





சூடு குறைக்கும் 'பத்

பண வசதியும், விஞ்ஞான முன்னேற்றமும் பெருகிவிட்ட இந்தக் காலத்தில் நாம் விதவிதமான மின்சாரச் சாதனங்கள் பயன்படுத்தத் தொடங்கிவிட்டோம். அதன் வசதியை அனுபவிக்கும் நாம், அதனால் ஏற்படும் பின்விளைவுகளை மறந்துவிட்டோம். குளிர்சாதனப் பெட்டி, தொலைக்காட்சி, மின்விளக்குகள், தொழிற்சாலை இயந்திரங்கள் போன்றவற்றில் ஏற்படும் வெப்பத்தினால், நம் சுற்றுப்புறச் சூழல் மற்றும் சீதோஷ்ண நிலையில் அளவற்ற மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன. வருடா வருடம் வெப்பம் அதிகமாவதை நாம் நன்கு உணர்கிறோம். இதைத்தான் நாம் 'குளோபல் வார்மிங்' என்கிறோம். இந்த நிலை இப்படியே நீடித்தால் பிற்காலத்தில் கஷ்டப்படப் போவது நம் சந்ததிகள்தான்.



இது பற்றிய விழிப்புணர்ச்சியை ஏற்படுத்தவும் நம் பூமியைப் பாதுகாக்கவும் நம்மால் முடிந்த முயற்சியைச் செய்யும் வகையில், மும்பை நகரம் முழுவதும் சென்ற டிசம்பர் மாதம் 15ம் தேதி மாலை 7.30 மணி முதல் 8.30 மணி வரை 'பத்தி பந்த்' கடைபிடிக்கப் பட்டது. பத்தி - மின்விளக்குகள். பந்த் - அணைப்பது. ஒரு மணி நேரத்துக்கு எல்லா மின்சாதனங்களையும் நாமாகவே அணைக்க வேண்டும் என்று முன்னறிவிப்பு கொடுக்கப்பட்டிருந்தது. மின்சார வாரியம் இணைப்பைத் துண்டிக்காது. நாமாகவே மனமுவந்து முன் வந்து அணைக்க வேண்டும்.



கேத்மேனன் என்பவர் இதற்கான செயற்குழுத் தலைவராக இருந்து ஏற்பாடுகள் செய்திருந்தார். முதலில் பொது இடங்களில் பெரிய பேனர்கள் கட்டப்பட்டு,



பொது மக்களின் ஒப்புதலும் கோரப்பட்டது. இரண்டு நாட்கள் முன்பாக மும்பை முனிசிபாலிடி, சில அரசியல் கட்சிகள், மற்றும் டீ.வி. சேனல்களும் தமது ஆதரவைத் தெரிவித்தன. அத்தியாவசியத் தேவைகளான ஆஸ்பத்திரிகள், தெரு விளக்குகள், மின் ரயில்கள், தீயணைப்பு நிலையங்கள் போன்

நவை எப்போதும் போல் இயங்கின. முக்கியமாக வீடுகள், கடைகள், ஷாப்பிங் மால்கள், சில அலுவலகங்கள் எல்லாம் ஒரு மணி நேரத்திற்கு மின்சாதனங்களைத் தாமாகவே முன் வந்து அணைத்திருந்தன.

சில அடுக்குமாடிக் குடியிருப்புகளில் உள்ளவர்கள் நிலாச் சாப்பாடு சாப்பிடவும், சிலர் பாட்டுக்குப் பாட்டு விளையாடவும், சிலர் மாடியில் சென்று ஆகாயத்தை ரசிப்பதில் பொழுதைப் போக்கவும் முன்கூட்டியே திட்டமிட்டிருந்தனர். பொது மக்கள் நல்ல ஆதரவு கொடுத்தனர். சில பள்ளிகளில் குழந்தைகளுக்கு இதுபற்றி நிறைய அறிவுறுத்தியிருந்தது நல்ல பலனைத் தந்தது.

மறுநாள் எடுத்த கணக்குப்படி 10 முதல் 20% வரை ஆதரவு கிடைத்திருந்ததாகத் தெரியவந்தது. இருப்பினும், இது நல்ல வரவேற்கத்தக்க முயற்சி என்று எல்லோராலும் பாராட்டப்பட்டது.

'பத்தி பந்த்' இயக்கம் முதன் முதலாக இருபது வயதான நான்கு இளைஞர்களால் ஆஸ்திரேலியாவின் தலைநகரமான சிட்னியில் தொடங்கப்பட்டது. அங்கு 'Earth hour' என்ற பெயரில் நடந்தது. இதில் 2.2 மில்லியன் மக்கள் கலந்து கொண்டனர். அந்த ஒரு மணி நேரத்தில் மின் சாதனங்களை அணைத்ததால், 24.86 டன்கள் கார்பன்-டை-ஆக்ஸைடு காற்றில் கலக்காமல் இருந்தது. அதாவது 48,613 கார்கள் சாலையில் ஓடாமல் இருந்ததற்கு இணையாம்!

நம் இந்தியாவிலும் இந்த முறையை அடிக்கடி பின்பற்றினால், மிகப் பெரிய அளவில் நன்மை கிடைக்கும். இந்த இயக்கத்துக்கு முழு ஒத்துழைப்பு கொடுத்த மும்பை மேயர் சுபா ராவுல் ஜனவரி மாதத்தில் ஒருநாள் கார் இல்லா தினமாக அனுசரிக்கப் போவதாகச் சொல்லியிருக்கிறார். அதாவது சொந்தக் கார் வைத்திருப்பவர்கள், அன்று ஒருநாள் மட்டும் சாலையில் கார் ஓட்டக் கூடாது. இதன் மூலம் அன்று ஒருநாளாவது சிறிது சுத்தமான காற்றைச் சுவாசிக்கலாமே!

பந்த்!'

- சாந்தி ராமகிருஷ்ணன்,
மும்பை.

தேங்காய் தீங்கானதா?

'கல்பவிருட்சம்' என தென்னை மரத்தை நம் முன்னோர்கள் வர்ணித்து தென்னை மரத்துக்கு ஒரு புனித மான அந்தஸ்தை வழங்கி யிருக்கிறார்கள். இறைவனுக் குப் படைப்பதிலும் பூஜை யிலும் தேங்காய் முக்கிய இடத்தை வகிக் கின்றது.

பண்டிகை காலங்களில் பலகாரங்கள் தேங்காய் எண்ணெயில்தான் செய்யப்பட்டு வந்தன. இன்று நம் சமையலிலும் துவை யல், அவியல், மோர்க்குழம்பு, கூட்டு, பொறியல் என தேங் காயை தாராளமாகப் பயன் படுத்தி வருகிறோம். இப்படி நம் வாழ்விலும், சமையலிலும் தேங் காய் இரண்டறக் கலந்து விட்டது.



> தாய்ப்பாலில் உள்ள லாரிக் ஆஸிட் தேங்காயில் உள்ளது!

ஆனால், சமீப காலமாக நம் உணவில் தேங்காய் சேர்ப்பதையே மிகவும் குறைத்து விட்டோம். இதற்குக் காரணம், தேங்காய் எண்ணெயில் உறையும் தன்மையுள்ள கொழுப்பு 92% இருப்பதாகச் சொல்லப் பட்டதுதான். உறையும் தன்மையுள்ள பூரித வகை கொழுப்புகள் இரத்தக் குழாய்களில் படிந்து இரத்த கொழுப்புகளில் அடைப்பை ஏற்படுத்தி மாரடைப்பு நோயை ஏற்படுத்துகின்றன என்று நம் மனதில் ஆழப் பதிந்து விட்டது.

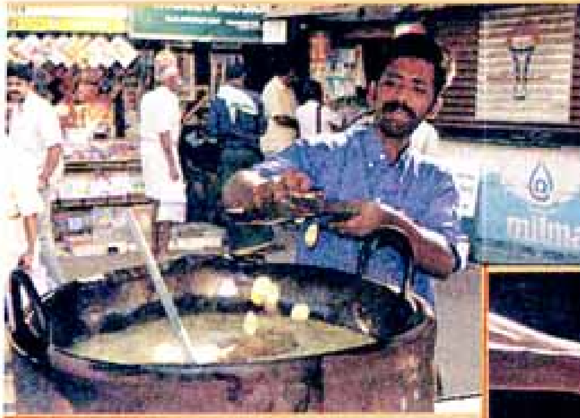
எல்லா வகையான பூரித கொழுப்பு களும் ஒரே மாதிரியான தன்மையுடையது இல்லை. இதில் மூன்று வகைகள் உள்ளன.

1. நீள வகையான கொழுப்பு அமிலங்கள் (Long Chain Fatty Acids LCFA)
2. மத்திம வகையான கொழுப்பு அமிலங்கள் (Medium chain fatty Acids MCFA)
3. குட்டை வகையான கொழுப்பு அமிலங்கள் (Short Chain Fatty Acids SCFA)

பொதுவாக பூரிதக் கொழுப்புகள் நீள வகை கொண்ட கொழுப்பு அமிலங்களால் (LCFA) ஆக்கப்பட்டிருக்கும். ஒரு கிராமுக்கு ஒன்பது கலோரிகளைக் கொண்டதாக இருக்கும். ஆனால், தேங்காய் எண்ணெயில் உள்ள மத்திம வகை கொழுப்பில் (MCFA) ஒரு கிராமுக்கு ஆறு கலோரிகள்தான் உள்ளது. நீள வகையான கொழுப்பு ஜீரணமாவதற்கு அதிக நேரம் ஆகும். அதனால், அவை உடலில் சேமித்து வைத்துக் கொள்ளப்பட்டு உடலில் சேர்ந்து அழுந்தப் படிந்து விடுகிறது (SATURATED FAT). இந்த வகையான கொழுப்பைக் கரைப்பது மிகவும் கடினம்.



ஆனால், தேங்காய் எண்ணெயில் உள்ள MCFA ஜீரண உறுப்புகளுக்கு அதிகம் வேலை கொடுக்காமல் விரைவில் கல்லீரலுக்கு அனுப்பப்பட்டு உடனே சக்தியாக மாற்றப்பட்டு செலவழிக்கப்பட்டு விடுகிறது. மற்ற கொழுப்புகளைப் போல சேமிக்கப்படுவதில்லை. LCFAவிடக் குறைந்த சக்தியிருப்பதால் விரைவில் எரிக்கப்பட்டு, செலவழிக்கப்பட்டு விடுகிறது.



தேங்காய் எண்ணெயை சேர்த்துக் கொள்ள ஆரம்பிக்கும்பொழுது கொழுப்புகள் விரைவில் சக்தியாக வெளியாக்கப்பட்டு உடல் சுறுசுறுப்பாக இருக்கும். தேங்காய் எண்ணெய் உடலுக்கு அதிக சக்தியளித்து உடல் எடையைக் குறைக்க வகை செய்கிறது. உடல் சக்தியை (Thermogenisis) அதிகரிக்கச் செய்கிறது. மற்றொரு அருமையான விஷயம் தாய்ப்பாலில் மட்டுமே உள்ள Lauric acid தேங்காயில் அமைந்துள்ள கொழுப்பில் 50% உள்ளது. மற்ற எந்த உணவிலும் இப்படி அமைந்ததில்லை.

Lauric acid வைரஸ் கிருமிகளால் உண்டாகும் சளி, இருமல், அம்மை நோய், தட்டம்மை, சார்ஸ், பாக்டீரியாக்களால் தோன்றும் பால்வினை நோய்கள், டைபாய்டு, வயிற்று நோய்கள், வாந்தி, பேதி போன்ற பல நோய்களை வரவிடாமல் தடுக்கின்றது.

தேங்காய் எண்ணெயை சமையலில் பயன்படுத்துவதால் ஏற்படும் நன்மைகள்:

★ உறையும் வகை கொழுப்பு வகையை சார்ந்ததாய் இருந்தால்கூட குறைந்த சக்தியிலேயே உடலுக்கு நல்ல தெம்பை அளிக்கிறது.

★ தேங்காயில் உள்ள கொழுப்பை ஜீரணிப்பதற்கு இன்சுலின் தேவைப்படுவதில்லை. அதனால் நீரிழிவு நோயாளிகள் பெருக்குச் சாப்பிட்டபின் இரத்தத்தில் சர்க்கரை அதிகம் தோன்றுவதில்லை. இது புற்றுநோய்க்கும், நீரிழிவு நோய்க்கும் எதிராகச் செயல்படுவதாக ஆராய்ச்சிகள் கூறுகின்றன.



★ உடல் இளைக்க விரும்புபவர்கள், தேங்காய் எண்ணெயைப் பயன்படுத்தினால் அது நம் உடலில் நிகழும் வளர்ச்சிதை மாற்றத்தைத் துரிதப்படுத்தி நம் உடலில் உள்ள அதிக கலோரிகளை எரித்து உடல் பரு



மனைக் குறைக்கின்றது.

உடல் எடை கூடுவதற்கு கொழுப்பு சார்ந்த உணவுகள்தான் காரணம் என்று நாம் முடிவு செய்துவிட முடியாது. கொழுப்பை விட உடல் எடை கூடுவதற்கு முக்கிய காரணமாக அமைவது, தீட்டப்பட்ட மாவுப் பொருட்களும் மற்றும் சர்க்கரை, சர்க்கரை சார்ந்த பொருட்களுமே!

ஹைட்ரோஜினேஷன் செய்யப் படாத சுத்தமான செக்கு எண்ணெய் மிகவும் நல்லது. ஹைட்ரோஜினேஷன் என்ற முறையில் எண்ணெயின் வாழ்நாள் அதிகரிக்கப் படுகிறது. இந்த முறையில் டிரான்ஸ் கொழுப்பு உண்டாகிறது. இவை இரத்தத்தில் உள்ள தீமை செய்யும் கொலஸ்டிராலை அதிகரித்து (LDL), நன்மை செய்யும் கொலஸ் டிராலை (HDL)க் குறைத்து விடுகிறது.

சுத்தமான செக்கு எண்ணெயில் டிரான்ஸ் கொழுப்பு அமிலங்கள் இல்லை. மேலும், தேங்காய் எண்ணெய் மற்ற எண்ணெயை விட அதிக சூடுதாங்கும் திறன் கொண்டது. சூடுபடுத்தும் பொழுது விரைவில் புகைய ஆரம்பிக்காது. 450°F (230°C) வரை திடமாக சூட்டை தாங்கும். மற்ற தாவர எண்ணெய் கள், இந்த அளவு சூடுதாங்காது. உதாரணத் துக்கு ஆலிவ் எண்ணெய் 375°F (190°C) வரைதான் சூடுதாங்கும். அதிக சூடுபடுத் தும்பொழுது டிரான்ஸ்கொழுப்பு அமிலங் கள் உண்டாகிவிடும் ஆபத்து உள்ளதால், இதை வறுப்பது, பொரிப்பது போன்றவற் றுக்குப் பயன்படுத்த முடியாது.

தேங்காய் எண்ணெயை அதிகம் சூடு செய்யும் பொழுது டிரான்ஸ் அமிலங்கள் உண்டாவதில்லை. அதனால் இதை வறுப் பது, பொரிப்பது போன்ற சமையல்களுக்கு ஏற்றது.

அலட்சியமாகக் கருதப்பட்ட பல விஷ யங்களில் நல்ல குணங்கள் நிரூபிக்கப்பட்ட பின், அதை முக்கியமாகக் கருதுவதை காலம் திரும்பத் திரும்ப நமக்கு நிரூபித்து வரு கிறது. இது தேங்காய்க்கும் மிகப் பொருந் தும்.

- டாக்டர் இராம. பத்மப்பிரியா,
(சித்த மருத்துவர்), சென்னை - 15.





வெற்றிக் குழு விருது!

சித்திரை விரைவில் பிறக்கவிருக்கிறது. புத்தாண்டின் பெயர் - சர்வதாரி! அனைத்தையும் தரித்துக் கொண்டிருப்பவர் என்று அர்த்தம். எல்லாவற்றையும் ஆதாரமாகத் தாங்கிக் கொண்டிருப்பவர் என்றும் சொல்லலாம்!

''முன்னுக்கு வரவேண்டும்!'' என்ற குறிக்கோளைத் தரித்து, சுய உதவிக் குழு அமைத்து, வீட்டுக்கும் நாட்டுக்கும் சுபிட்சம் சேர்த்து, எல்லா வளங்களுக்கும் ஆதாரமாக இருக்கும் மகளிர் சுய உதவிக் குழு பெண்களுக்காக ஒரு சிறப்பு விருதை மங்கையர் மலர் உருவாக்கியுள்ளது.

வெற்றிகரமாகச் செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் சுய உதவிக் குழுப் பெண்கள், தங்கள் குழுவின் செயல்பாடுகள், சாதனைகள் பற்றி, தத்தம் குழுவின் பதிவேடு எண், முழு விலாசம், உறுப்பினர் எண்ணிக்கை போன்ற விவரங்களைத் தகுந்த ஆதாரத்துடன் எழுதி அனுப்புங்க.

மாதம் ஒரு 'மகளிர் சுய உதவிக் குழு' தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு, வருடத்தின் இறுதியில் வெற்றிக் குழுக்களிலிருந்து ஒரே ஒரு குழு மட்டும் மங்கையர் மலர் வாசகர்களால் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு (வாக்குப் பதிவு முறையில்) அந்தக் குழுவுக்கு **'சர்வதாரி'** விருதுடன் **ரூ. 10,000** அன்பளிப்பும் பட்டயமும் வழங்கப்படும். எங்கே... உடனே எழுத ஆரம்பிங்க. உங்கள் வெற்றிக் குழுவைப் பற்றி!

(ஆர்.)





Masala Rice For Briyani

Recipe: Clean & cut 500g vegetable or meat and cook half boil in the pressure cooker. Now add 500g "Aachi masala rice for briyani mix" along with 800ml of water or the desired amount of water needed.Cook in pressure cooker till 3 whistles. Garnish with chopped mint leaves and serve hot.

100% Vegetarian

Aachi Masala Foods (P) Ltd.
New No. 181/1, 6th Avenue, Thangam Colony, Anna Nagar, Chennai- 600 040.
Phone: 42172533, 42611867 info@aachimasala.com www.aachimasala.com

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN/CC(S)DN/ ... post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN/CC(S)DN/103/06-08 Registered as a Newspaper in Srilanka

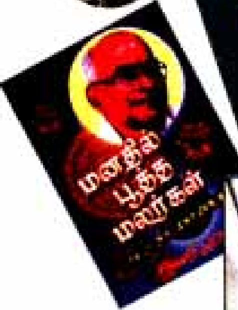
என்றும் உங்களுடன் புத்தகம்-2

மங்கையர் மலர்

MANGAYAR MALAR பிப்ரவரி 2008









படிக்க... பயன்பெற...

மனதில் பூத்த மலர்கள் - டாக்டர் நா.மகாலிங்கம், வானதி பதிப்பகம், சென்னை - 17. விலை ரூ.60.00

காந்திய உணர்வுகளோடு அருட் செல்வர் எழுதியுள்ள பதினெட்டுக் கட்டுரைகளின் தொகுப்பு இது. நதிநீர் இணைப்பு, தாய் மொழிக் கல்வி, தமிழிசை, இலக்கியம், முதலான அடிப் படை விஷயங்களைப் பற்றிய ஆழமான சிந் தனைகளைப் படித் துப் பயன்பெறலாம்.

பாரதியாரும் பக வத் கீதையும் - டாக்டர் என். ஸ்ரீதரன், கங்கை புத்தக நிலையம், சென்னை - 17. விலை ரூ.50.00

மகாகவி பாரதியின் கவிதைகளில் இடம்பெற்றுள்ள பகவத் கீதைச் சிந்தனைகளை வைத்து எழுதப்பட்டுள்ள அரு மையான ஆய்வுக் கட்டுரைகள். மகாகவி பகவத் கீதையை எந்த வயதில் படித்திருக்கக்கூடும் என் பதைப் பற்றிய அனுமானம் அழ கானது.

வளம்தரும் ஸ்ரீ மஹாலக்ஷ்மி மந்திரங்கள் - க.ஸ்ரீதரன், நர்மதா பதிப்பகம், சென்னை - 17.விலை ரூ.45.00

திருமகள் பெருமைகளைப் பேசும் தோத்திரங்கள் பல. ஸ்ரீ ஸூக்தம், கனகதாரா ஸ்தோத்திரம், மகாலக்ஷ்மி அஷ்டகம் போன்ற துதிப் பாடல்களின் வடமொழி வடிவமும் எளி மையான தமிழ் விளக்கமும் கொண்ட நூல்.

பெண்ணால் மட்டுமே முடியும்! - உஷா ராமகிருஷ்ணன், கிழக்கு வெளியீடு, ஆழ்வார்ப்பேட்டை, சென்னை - 18. விலை ரூ.60.00

'திருமண வயதை அரசாங்கம் உயர்த்தி விட்டது. ஆனால் திரைப்படங்கள் காதலிக் கும் வயதைக் குறைத்துக் கொண்டே வரு கின்றன' என்பது போல் பல சிந்தனைகள். பெண்களுக்குத் தன்னம்பிக்கையூட்டுகிற அருமையான நூல்.

'பெண்கள் என்றும் இளமையுடன் வாழ' (எளிய யோகாசனங்கள்) - பி. கிருஷ்ணன் பாலாஜி, பாப்புலர் வெளியீடு, சூளைமேடு, சென்னை - 94. விலை ரூ. 35.00

மருத்துவரீதியான பலன்கள் - யோகாச னம், பிராணாயாமம், தியானம் போன்றவற் றுடன் சித்தமருத்துவக் குறிப்புகளும் அழ காகத் தரப்பட்டுள்ளன.

- வாசகன்



ஸ்ரீ அய்யப்பா டிராவல் ஏஜன்ஸி

ஸ்தாபகர் : S.V. அய்யப்பன்

13/27, வெள்ளாளத் தெரு, புரசைவாக்கம், சென்னை-84. (தபால் நிலையம் எதிரில்). போன் : 26431023, 42020059

E-mail : sriayyappatravels@hotmail/yahoo/rediff/gmail.com/touchtelindia.net Visit us : www.geocities.com / sriayyappatravels

நால்வர் பாடிய திருமுறைத் தலங்களில் காவேரி தென்கரை தலங்கள் 127ல் பகுதி 2 - 62 திருமுறைத் தலங்கள். 1.3.08 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், வேன், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 3,200/-

திருமுறைத் தலங்களில் தொண்டை நாடு தலங்களில் 31 தலமும், நடுநாட்டில் 22 தலமும் சேர்த்து 53 திருமுறைத்தலங்கள். 9.3.08 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், வேன், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 3,200/-

திருமுறைத் தலங்களில் காவேரி தென்கரை தலங்கள் 127ல் பகுதி 1 - 65 திருமுறைத்தலங்கள். 16.3.08 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 3,200/-

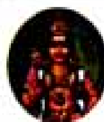
மங்களா சாசன திவ்யதேசங்களில் சோழநாடு 40, நடுநாடு 2, தொண்டை நாடு 22, ஆக 64 திவ்ய தேசங்களை ஒரங்கே தரிசிக்கும் அறியவாய்ப்பு. 2.4.08 முதல் 6 நட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 3,560/-

நால்வர் பாடிய திருமுறைத்தலங்களில் காவேரி வடகரைத் தலங்கள் 63ம் தரிசிக்கும் அறிய வாய்ப்பு. 14.4.08 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 3,200/-

மங்களா சாசன திவ்ய தேசங்களில் பாண்டிய நாட்டில் 18ம், மலை நாட்டில் 13ம் ஆக 31 திவ்யதேசங்களை தரிசிக்கும் அறியவாய்ப்பு. 23.4.08 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 3,560/-

வடநாட்டு திவ்ய தேசங்கள் : மங்களாசாசன திவ்ய தேசங்களில் வடநாட்டில் 5 திவ்யதேசங்கள் - ஆக்ரா, மதுரா, பிருந்தாவனம், கோகுலம், கோவர்த்தனம், திருவாய்பாடி, டில்லி, ஹரித்வார், ரிஷிகேசம், தேவப்ரயாக், ஜோதிர்மடம், பத்ரிநாத், டில்லி, சென்னை. 5.6.08 முதல் 13 நாட்கள். ரயில், பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 6,800/-

இங்கேயும் பதிவு செய்யலாம் : திருமதி **கலாவதி சஞ்சீவி**
14, வினாயகம் அவின்யூ, ஐஸ்வர்யா அப்பார்ட்மெண்ட்ஸ்,
வெங்கடேசநகர், விருகம்பாக்கம், சென்னை-92. போன் : 24795017



MAHALAKSHMI CATERING SERVICES

எங்களது முக்கியமான சேவைகள்

மாங்கல்ய வாத்தியம், மாலை புஷ்பம் வேண்டிய அளவு

மண்டபம் Cleaning Materials, தாம்பூல பை (With Printing)

Sp.Tea / Coffee / Boost / Milk,
உயர்தர டிபன் வகைகள்.
உயர்தர சாப்பாடு வகைகள்.
சீர்பக்ஷணங்கள் இருவீட்டாருக்கும்.
வெற்றிலை சீவல்.
ரஷீக்லால் பாக்கு, பீடா

Paper roll, Disposable Cups, Mineral Water,

Bridal Make-up

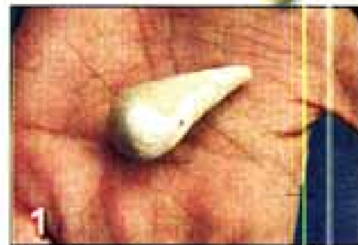
எங்கள் சேவை உங்கள் மகிழ்ச்சியே!

Contact: **B. NAGARAJAN**, 52, Balamurugan Nagar, 10th Street, Keelkattalai, Chennai - 600 117
Phone: 2247 2255, 6546 2875 Cell: 98410 13540, 98410 77397 Trichy : 98424 51975



பாட்டில்





1



5



9

தேவையான பொருள்கள் :

- காலி பாட்டில் - 6.
- ஃபேப்ரிக் நிறங்கள் - சிவப்பு, வெள்ளை, பச்சை, மஞ்சள், கறுப்பு, ப்ரவுன், ஸ்லேப்ளூ அல்லது விருப்பமான நிறங்கள்.
- செராமிக் பவுடர் - 1/4 கிலோ,(எல்லா ஹார்டுவேர் கடைகளிலும் கிடைக்கும்)
- ஒயிட் கம் - சிறிது.
- பிரஷ் - நம்பர் 2 மற்றும் 00 (வர்ணம் பூச)
- கத்தி (அ) பிளேடு - வடிவமைக்க



செய்முறை :

செராமிக் பவுடரோடு ஒயிட் கம்மைக் கலந்து சப்பாத்தி மாவு பதத்துக்குப் பிசைந்து கொள்ளவும்.

காலி பாட்டில்களைச் சுத்தமாகக் கழுவிக் காயவைத்துக் கொள்ளலாம்.

நடுவில் ஒரு பாட்டில் வைத்து, சுற்றிலும் 5 பாட்டில்களை வைக்கவும்.

பின்பு, ஒன்றோடு ஒன்று பசை போட்டு ஒட்டவும். அதுதான் அடித்தளம். (base) பாட்டில்கள் நன்றாகக்

பேப்பர் வெயிட்!





3



4





7



8





11



12

காய்ந்தவுடன் செராமிக் பவுடர், ஒயிட் கம் கலவையை மெல்லிசாக இட்டு, பாட்டிலைச் சுற்றி மறைத்து ஒட்ட வும். காயவிடவும். அதுதான் பெரிய மரத் துண்டு. அதன் மீது பறவைகள், இலை கள், பூக்கள் மற்றும் 'கோன்' மாதிரி அலங்காரம் செய்து ஒட்டலாம். ஒவ் வொன்றும் எப்படிச் செய்வது என்று பார்ப்போம்.

1. செராமிக் கலவையை சிறிய உருண்டையாக எடுத்துக்கொண்டு கோன் மாதிரி உருட்டவும்.

2. அதன் கீழ்ப்பகுதியில் கட்டை விரல் கொண்டு அழுக்கினால் திலகம் மாதிரி வரும்.

3. பிளேடு (அ) கத்தியைக் கொண்டு கோடுகள் வரைந்தால் இலைகள் தயார். இதே மாதிரி சிறிது பெரிதாக 4 இலைகள் செய்துகொள்ளவும்.

4. இதையே நீளமாக உருட்டி மடக்கினால் பறவை யின் தலைப் பாகம் தயாராகும்.

பிறகு சிறு இலைகளைப் போலச் செய்து உடலில் இரண்டு பக்கமும் சிறகுகள்



பஞ்சாமிர்தம்

எள்ளுப் பாட்டி - மீனாக்ஷி அம்மாள், கொள்ளுப் பாட்டி - லக்ஷ்மிகாந்தம், பாட்டி - ரேவதி, அம்மா - சுநீதா, மகள் - ஸ்மிரிதி

போல ஒட்டவும். உடலின் பின்புறம் திலகம் மாதிரி செய்து கோடுகள் போட்டு சிறகுகளை ஒட்டவும். இவை அனைத்தையும் முதலில் தயார் செய்த பிறகே பாட்டில் பேஸை அலங்கரிக்கவும்.

பூ செய்வதற்கு :

செராமிக் க்லே மாவை நீட்டவாக்கில் சுருட்டினால் பூவின் நடுப்பாகம் தயாராகும். சுற்றிலும் இதழ்கள் போலச் செய்து ஒட்டி பூக்களைத் தயாரிக்கவும். அவைத்தையும் பாட்டில் பேஸ் மீது அலங்கரிக்கவும். நடுநடுவே 'கோனை' வைத்தால் சந்து தெரியாது. முழுமையாகச் செய்ததும் அரை நாள் காயவிடவும். பிறகு, அதன் மீது ஒயிட்கம் + தண்ணீர் கலந்து கோட்டிங் தரவும். இது, வர்ணத்தை அதிகம் உறிஞ்சாது இருக்கும்.

எல்லாம் நன்றாகக் காய்ந்தபின், பறவைகளுக்கு வெள்ளை அவுட் லைன் கொண்ட நீலநிறமும், இலைகளுக்கு மஞ்சளும் பச்சையும் கலந்த நிறமும், ரோஜாப் பூவுக்கு ரோஸ் நிறமும் மரத் துண்டுக்கு ப்ரவுன் கலரும், கோனுக்கு சிவப்பு நிறமும் தந்து அழகுபடுத்தவும். பறவையின் அலகுக்குச் சிவப்பு, கண்ணுக்கு கறுப்பு நிறப் பொட்டு வைத்து தயார் செய்யவும்.

இப்பொழுது அழகான பாட்டில் பேப்பர் வெயிட் தயார். பாட்டில் பேர் என்றே தெரியாது. ஷோகேஸிலும் வைத்து அலங்கரிக்கலாம்.

கிஃப்ட் ஆகத் தரும்போது, அவர்களது பெயர் அல்லது வாழ்த்தும் வாசகங்களை மரத்துண்டின் மீது எழுதித் தந்தால் இன்னும் சூப்பராக இருக்கும்.

குறிப்பு : இரண்டு பாட்டில்களை மட்டும் படுக்க வைத்து ஒட்டி, அதன் மீது அலங்காரம் செய்தும் அசத்தலாம்.

- சுதா செல்வகுமார்

Estd.:1955

ஸ்ரீ:
நன்றி மறவாத யாத்ரீகர்கள் துணை

Founder : K.E. NAMPILLAI. Organisers : N. KULASEKARAN, N. GANGADHARAN

28.2.08	17 நாட்கள் மஹாசிவராத்திரி காசி யாத்திரை சென்னையிலிருந்து தனி 3 டயர் கேரேஜ் மூலம் புறப்படுகிறது.காசி, கயா, திரிவேணி, ஹரித்வார், ரிஷிகேஷ், டில்லி, ஆக்ரா, மதுரா, பூரி, புவனேஸ்வர், கோணார்க், சென்னை. நபருக்கு ரூ.**8950/-** இன்னும் சில இடங்களே (பர்த்துகளே) உள்ளன. உடன் முன்பதிவு செய்து கொள்ளவேண்டுகிறோம்.
27.3.08	3 நாட்கள் மந்திராலயம், நவபிருந்தாவனம், பிக்ஷாலயா, பஞ்சமுகி. நபருக்கு ரூ.**2000/-**
27.4.08	4 நாட்கள் மலைநாட்டு திருப்பதிகள், குருவாயூர், திருவனந்தபுரம், நாங்குநேரி. (2 x 2) வேன் மூலம் கட்டணம். நபருக்கு ரூ.**2200/-**
09.5.08	20 நாட்கள் பத்ரிநாத், கேதார்நாத், ஹரித்வார், காசி, கயா, டில்லி, ஆக்ரா, மதுரா, பூரி, புவனேஸ்வர், கோணார்க் யாத்திரை தனி 3 டயர் கேரேஜ் மூலம் திருச்சியிலிருந்து புறப்பட்டு மீண்டும் திருச்சி வருகிறது. பத்ரிநாத், கேதார்நாத் கட்டணம் உள்பட நபருக்கு ரூ.**12575/-**
07.6.08	12 நாட்கள் சென்னை, பூரி, புவனேஸ்வர், கோணார்க், கயா, புத்தகயா, அலகாபாத், அயோத்தியா, நைமிசாரண்யம், காசி, சென்னை. இரயில், தங்குமிடம், போஜனம் உள்பட நபருக்கு ரூ.**6975/-**
20.6.08	8 நாட்கள் ஆந்திர மாநில யாத்திரை. திருச்சி, விஜயவாடா, பத்ராஜலம், பெனுகுண்டா, தாட்சாராம், மங்களகிரி, ஸ்ரீசைலம், மகாநந்தி, அஹோபிலம், மந்த்ராலயம், திருச்சி நபருக்கு கட்டணம் ரூ.**3975/-**

ஸ்ரீநாமகிரி டிராவெல் சர்வீஸ்
(Regd)

No.34-A/2, அக்ரஹார வீதி, மேலச்சிந்தாமணி, (அண்ணாசிலை-சிதம்பரம் மஹால் சமீபம்), திருச்சி-2.
✆ 0431-2706823, 2713336 Cell : 94431 77023, 94435 59594

சர்க்கரை வியாதியால் உங்கள் காலை இழக்கலாமா?

"சர்க்கரை வியாதிக்காக தொடர்ந்து மருந்து சாப்பிட்டு வருகிறோம். ஆனால் ஒன்று மாற்றி ஒன்றாக உடல் தொந்தரவு வந்து கொண்டே இருக்கிறதே" என்று சங்கடப் படுகிறீர்களா? சர்க்கரை வியாதிக்காக நீங்கள் மருந்து சாப்பிட்டு வந்தாலும் உங்கள் உடல் பாதிக்கப்பட வாய்ப்புகள் இருக்கிறது. கிட்னி பாதிப்பு கண் பார்வை பாதிப்பு, நரம்பு பாதிப்பு (Neuropathy) எலும்புகள் பாதிப்பு போன்றவை ஏற்படலாம். ஆனால், இந்த நிலையை நீங்கள் தடுத்து நிறுத்த முடியும். ஆம் எங்கள் ரத்னா சித்த மருத்துவமனை மற்றும் மூலிகை ஆராய்ச்சி மையத்தில் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்க செய்யும் பூர்ண சஞ்சீவி சிகிச்சை செய்கிறோம். இந்த சிகிச்சையால் உங்களின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி அதிகரிக்கும். எந்த நோயினால் பாதிக்கப்பட்டு இருப்போரும் இந்த சிகிச்சையை எடுத்துக் கொள்ள முடியும். குறிப்பாக சர்க்கரை வியாதி, கேன்சர், எய்ட்ஸ், கல்லீரல் நோய்கள், சிறுநீரக நோய்கள், மூட்டுவாத நோய், பெண்களின் கர்ப்பப்பை கோளாறு போன்ற அனைத்து நோய்க்கும் இந்த சிகிச்சையை எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

சர்க்கரை வியாதியால் பாதிக்கப்பட்டிருப்போர் இந்த பூர்ண சஞ்சீவி சிகிச்சையை எடுத்துக் கொள்வதால் சர்க்கரை வியாதியால் ஏற்படக்கூடிய நரம்பு பாதிப்பு, கிட்னி கோளாறு, எலும்பு பாதிப்பு, ஆறாத ரணம் போன்ற அனைத்து நோய்களையும் குணமாக்க முடியும்.

சர்க்கரை வியாதி வந்தும் எந்த பாதிப்பும் இல்லாதோரும் இந்த சிகிச்சையை எடுத்துக் கொள்ளலாம். Preventon is better than cure என்ற பழமொழிக்கேற்ப சர்க்கரை வியாதியால் பாதிக்கப்பட்டிருப்போர். 6 மாதத்துக்கு ஒருமுறையோ ஒரு ஆண்டுக்கு ஒருமுறையோ இந்த பூர்ண சஞ்சீவி சிகிச்சையை எடுத்துக் கொள்வதன் மூலம் உங்கள் உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி அதிகரித்து உடலை பாதிப்பிலிருந்து பாதுகாக்கிறது.

பூர்ண சஞ்சீவி சிகிச்சை என்றால் என்ன?

இந்த சிகிச்சை பொதுவாக எங்கள் மருத்துவமனையின் உள்நோயாளர் பிரிவில் தங்கி இருந்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். காலை மாலை என இருவேளை வெறும் வயிற்றில் இந்த சிகிச்சை வழங்கப்படும். இந்த சிகிச்சை காலங்களில் பத்தியம் இருப்பது மிக அவசியமாகும் பத்திய உணவுகளும் எங்களால் வழங்கப்படுகிறது.

சர்க்கரை வியாதியால் Diabetic, Gangrene ஏற்படும் நிலையில் கால்களை ஆபரேஷன் மூலம் எடுக்கும் நிலை ஏற்படுகிறது. ஆனால் பூர்ண சஞ்சீவி சிகிச்சை மூலம் Diabetic, Gangrene முற்றிலும் குணமாக்க முடியும்.



மேலும் விபரங்களுக்கு:
டாக்டர் [illegible], டாக்டர் [illegible]
ரத்னா சித்த மருத்துவமனை மற்றும் மூலிகை ஆராய்ச்சி மையம்
750, பெரியார் நெடுஞ்சாலை, N.S.K நகர், அரும்பாக்கம், சென்னை - 106.
போன் : 2622 3828, 2622 4688, 94433 74341, 94445 34444

என் செல்வமே



தாத்தா : செயப்பிரகாசம்
பாட்டி : ஜே. திலகா
பேரன் : நரேன் ஜெகன்ராஜ்



தாத்தா : எஸ். வெங்கட்ராமன்
பாட்டி : பாலாம்பாள்
பேரன் : பி.ஆர். அர்ஜுன்





தாத்தா : எம்.டி. கிருஷ்ணன்
பாட்டி : கே. சீதாலஷ்மி
பேத்தி : எஸ். அனன்யா

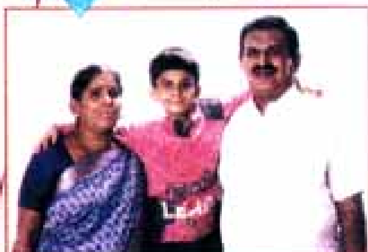


தாத்தா : கே. பொன்ராஜ்
பாட்டி : பி. விஜயலெட்சுமி
பேரன்கள் : யோகேஷ்வரன், வசந்த்





தாத்தா : ஜனகராஜா
பாட்டி : லலிதா
பேரன் : தன்ருத்



தாத்தா : எஸ். இராமச்சந்திரன்
பாட்டி : எஸ். இராஜலட்சுமி
பேத்தி : ஸ்ரீதேவி





என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

வழங்கும்

அறிவுப் போட்டி-1

ரூ. 5,000 பரிசு

சமீபத்தில் நடைபெற்ற செய்திகளை எந்த அளவுக்கு அறிந்து வைத்திருக்கிறீர்கள்? ஒவ்வொரு கேள்விக்கும் கீழே மூன்று பதில்கள் அளிக்கப்பட்டுள்ளன. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து '✔' பண்ணி அனுப்புங்கள். குலுக்கல் முறையில் 20 பேருக்கு தலா ரூ. 250/- பரிசளிக்கப்படும். எங்கே.. உங்க பொது அறிவைச் சோதிச்சுப் பாருங்க!

1. சென்னையில் சமீபத்தில் மாநாட்டின் தலைமை ஏற்ற வெளிமாநில பிரபலம் யார்?

அ) மம்தா பேனர்ஜி ☐ ஆ) மாயாவதி ☐ இ) அம்பிகா சோனி ☐

2. பள்ளிகளில் எதை கட்டாயப் பாடமாக்க வேண்டும் என்கிறார் ராமதாஸ்?

அ) ஜிம்னாஸ்டிக்ஸ் ☐ ஆ) பாலியல் கல்வி ☐ இ) இசை ☐

3. பெனாசிர்புட்டோ படுகொலை செய்யப்பட்ட இடம் எது?

அ) லாகூர் ☐ ஆ) கராச்சி ☐ இ) ராவல்பிண்டி ☐



4. குஜராத்திற்கு எத்தனையாவது முறையாக முதல்வரானார் நரேந்திரமோடி?

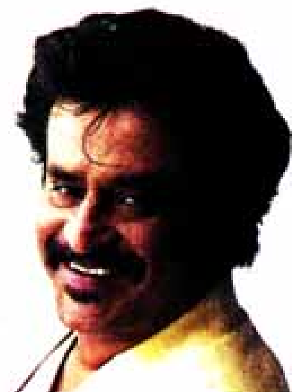
அ) முதல் முறை ☐ ஆ) இரண்டாவது முறை ☐

இ) மூன்றாவது முறை ☐

ஆண்டு மலர்









5. டெல்லி கங்காராம் மருத்துவமனையில் சோனியா காந்தி எதற்கு அனுமதிக்கப்பட்டு சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டார்?

அ) மாரடைப்பு ☐ ஆ) ஒற்றைத் தலைவலி ☐ இ) ஆஸ்துமா ☐

6. ஆஸ்திரேலிய கிரிக்கெட் வீரர் சைமன்ஸ் யாருக்கு எதிராக இனவெறிப் புகார் எழுப்பினார்?

அ) ஹர்பஜன்சிங் ☐ ஆ) யுவராஜ் சிங் ☐ இ)குஷ்வந்த் சிங் ☐

7. ஜனவரி 15 முதல் புதுடெல்லியில் ஒவ்வொருவரும் வெளியில் செல்லும்போது எதை வைத்திருக்க வேண்டும்?

அ) ரேஷன் அட்டை ☐ ஆ) அடையாள அட்டை ☐ இ) ஓட்டுநர் அட்டை ☐

8. ரஜினி நடிக்கும் அடுத்த படத்தை இயக்குபவர்

அ) பி. வாசு ☐ ஆ) மணிரத்னம் ☐ இ) பாலசந்தர் ☐

9. சமீபத்தில் ஜனாதிபதி ஆட்சி எந்த மாநிலத்தில் அமலானது?

அ) ஆந்திரப்பிரதேசம் ☐ ஆ) ஒரிஸா ☐ இ) நாகாலாந்து ☐

10. இவற்றில் எந்தத் தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சி நடனத்தை மையமாகக் கொண்டதல்ல?

அ) நீயா நானா ☐ ஆ) மானாட மயிலாட ☐ இ) மஸ்தானா மஸ்தானா ☐

தொகுப்பு : ஜி.எஸ்.எஸ்.

போட்டி விதிகள் :

அறிவு விடைகளை நிரப்பி இந்தப் பக்கத்தைக் கிழித்து அனுப்புங்க. ஒருவரே எத்தனை கூப்பன்களை வேண்டுமானாலும் அனுப்பலாம். ஜெராக்ஸ் கூடாது.

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : அறிவுப் போட்டி - 1 மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

கடைசித் தேதி : 15.2.2008

பெயர் : .... விலாசம் : ....

....

....

தொலைபேசி எண் : .... ஈமெயில் : ....



ரவை உப்புமா செய்யும்போது சிறிதளவு சேமியாவை சேர்த்தால் தொண்டை அடைக்காமல் சாப்பிடலாம். இதே போல சேமியா உப்புமாவுக்கு சிறிது ரவை சேர்த்தால் பொலபொலவென வரும்.

- ஏ. வாராகி,
திருவத்திபுரம்.



சுவை தரும் ரவை!

ஹோட்டலில் செய்யும் உளுந்து வடை போலச் செய்யணுமா? கவலை வேண்டாம். 200 கிராம் உளுத்தம் பருப்பை 3 மணி நேரம் ஊறவைத்த பிறகு, கிரைண்டரில் போட்டு தண்ணீர் விடாமல் அரைக்கவும். அதில் 4 டேபிள் ஸ்பூன் மிஷினில் அரைத்த அரிசி மாவைத் தூவி, பச்சை மிளகாய், உப்பு, பெருங்காயத்தை அரைத்துப் போட்டு, நிறைய கொத்து மல்லித் தழையை அரிந்து போட்டால் பெரிய, பெரிய வடையாக சூப்பராகத் தட்டலாம்.

- லலிதா நாராயண், அகமதாபாத்.

வெளி மாநிலங்களில் உள்ள உறவினர்களின் வீட்டுக்குச் செல்லும்பொழுது. ஒரு ஃபோன் செய்து அங்கு நம் ஊர் பொருட்கள் என்ன கிடைப்பதில்லை என்று கேட்டறிந்து வாங்கிச் சென்றால் அவர்களுக்கும் மகிழ்ச்சி. நமக்கும் மனநிறைவு கிடைக்கும்.

- சிவகாமி, குஜராத்.

நாப்தலீன் உருண்டைகளைப் பொடி செய்து, ஈரப் பஞ்சினால் அதை ஒற்றியெடுத்து, ஃபோட்டோ ஃபிரேம், சுவாமிப் படங்கள் போன்றவற்றைத் துடைத்தால் பூச்சி அரிக்காமல் பாதுகாக்கலாம்.

- ஜெ. நாகராஜன், சிதம்பரம் - 2.

ஷாப்பிங் செல்லும்பொழுது பர்ஸில் ரூபாய் நோட்டுக்களை ஒன்று சேர அடுக்கி வைக்காமல் தனித்தனி நோட்டுகளாக மடித்து வைத்துக் கொண்டால் எடுக்கும் போது கீழே விழாது. தேவையான பணத்தை எடுக்கவும் சௌகரியமாக இருக்கும்.

- ரா. ராஜேஸ்வரி, சென்னை - 33.

பழங்கள் விரைவில் பழுக்க வேண்டுமானால், அவற்றைத் தனித்தனியே நியூஸ் பேப்பரில் வைத்து நன்றாகச் சுற்றி ஒரு ரப்பர் பேண்டு போட்டு வைத்து விடுங்கள்.

- பத்மஜா ராமகோபால்,
பெங்களூரு - 54.

கிழங்கு வகைகளில் கருணைக் கிழங்குதான் மிகவும் சிறந்தது. இது இடுப்பு வலி நீக்கி இழந்த சக்தியைத் திரும்ப கொடுக்கும். கிழங்குகளில் அதிக நார்ச்சத்து கொண்டது கருணை மட்டுமே. 14% நார்ச்சத்து உள்ளது. மூலவியாதி உள்ளவர்களுக்கும், சிறுவர்களின் வளர்ச்சிக்கும் நல்லது.

- ஆர். ஜானகி ரங்கநாதன், மைலாப்பூர்.

அமாவாசை நிலவு

கோகுல் இத்தனை திறமையாகச் செயல்பட்டு பல கோடி ரூபாய் மதிப்புள்ள ப்ராஜக்டைக் கொண்டு வர, ஈஸ்வர் திக்கு முக்காடிப் போனார்.

திலகத்துக்குப் பெருமை பிடிபட வில்லை. குடிகாரனாக, பொறுப்பில்லாத வனாக ஊரைச் சுற்றிக் கொண்டிருந்த அந்த கோகுலா இவன்? சாதித்து விட்டானே!

பத்திரிகைகள், வர்த்தக நிறுவனங்கள் பாராட்டுகளை அள்ளிக் குவித்தன. 'கவர் ஸ்டோரி' எடுத்து அட்டைப் படத்தில் கோகுல் படத்தைப் போட்டு, உள்ளே அவனது சாதனைகள் அலசப்பட் டிருந்தன. தமிழ், ஆங்கிலப் பத் திரிகைகள் அவன் புகழைப் பாட, ப ண் ப ல வரிசைகள் விளம் பரப்படுத்த, தனியார் தொலைக் காட்சிகள் வரிந்து கட்டிக் கொண்டு பேட்டி எடுக்க, கோகுல் என்ற இளைஞன் ஒரே வாரத்தில் உலகம் போற் றும் நிலைக்கு வந்து விட்டான்.

அவனே கூட இதை எதிர்பார்க்க வில்லை.

அதற்குள் மைத்ரேயியின் 12-ஆம் வகுப்பு தேர்வு முடிவுகள் வெளியாகி விட்டன. மாநிலத்தில் முதல் மூன்று இடங்களுக்குள் இருந்தாள்.

தொண்ணூற்று ஏழு சதவிகிதம் எடுத்து அவளும் பத்திரிகை, தொலைக்காட்சியில் இடம்பிடித்துவிட்டாள்.

கோகுலுக்கு வந்த மாதிரி அவளுக்கும் பேட்டி, படங்கள், விமர்சனம்!

கோகுல் மலர்க் கொத்துடன் அவளைப் பார்க்க வந்தான்.

''வாழ்த்துக்கள் மைத்ரேயி!''

''நான்தான் உங்களை வாழ்த்தணும்!''

''ரெண்டு பேருமே சாதிச்சிருக்கோம். ஜெயிச்சிருக்கோம்.''

குரலில் உற்சாகம் இருந்தது.

''என் வெற்றிக்குக் காரணம் நீதான் மைத்ரேயி. சாதிச்சிட்டு வாங்கன்னு என் உள்ளங்கைல முத்தம் கொடுத்து அனுப் பினியே! அந்த மின்சாரம் என் உடம்பு முழுக்கப் பாய்ந்து என்னை உசுப்பி விட்டது. அது கொடுத்த வெற்றிதான். இதுக்கெல்லாம் சொந்தக்காரி நீதான்!''

தேவகி சிலிர்த்துப் போனாள்.

''ஒரு பெரிய விருந்தே வைக்கணும் மைத்ரேயி. அதுல ரெண்டு வெற்றி

10 தேவிபாலா

களையும் வெளியிடணும். நான் அப்பா கிட்டே பேசறேன்!''

ஈஸ்வரும், திலகமும் உள்ளே வந்து விட்டார்கள். அவளுக்குப் பரிசு வாங்கி வந்திருந்தார்கள். அவள் பெரியவர்கள் காலில் விழுந்தாள்.

''நல்லா இரும்மா. நீ டாக்டருக்குப் படிக்க விரும்புறியா? இல்லை பொறியியலா? உன் விருப்பத்தைச் சொல்லு. அட்மிஷன் வாங்கி, உன்னைப் படிக்க வைக்கறது எங்க வேலை!''

மைத்ரேயி கண்கலங்கி விட்டாள்.

''உங்க விருப்பம்தான். ஆனா, நான் உழைக்கணும். இந்த நன்றிக்கடனை எப்படிச் செலுத்துவேன்?''

''படிச்சுக்கிட்டே நிர்வாகத்துல பங் கெடுத்துக்கோ. ஆலோசனை சொல்லு.



அதுக்காக படிக்காம இருக்கக் கூடாது புரியுதா? படிப்புதான் உன் மூலம் நிர்வாகத்துக்குப் பெரும் பலனைத் தரப் போகுது. நீ செலுத்தப் போற நன்றிக்கடன் அதுதான்!''

''சரி! படிக்கறேன்!''

''நான் ஏற்பாடுகளைச் செய்யறேன்!''

அவர்கள் சென்றதும், வாசலில் ஆட்டோ வந்து நின்றது.

கோபால் இறங்கினான். பின்னாலேயே உமா.

''அம்மா, நாங்க வரலாமா?''

''என்னடா கேள்வி இது? இங்கே வர நீ அனுமதி கேக்கணுமா?''

''ராட்சஸி பேச்சுக்கு நானும் ஒரு காலத்துல தலையாட்டின காரணமாத் தானே உங்க ரெண்டு பேருக்கும் இந்த நிலைமை? அமாவாசைல பிறந்தவன்னு என் தங்கச்சியை ஒரு மூதேவி கரிச்சுக் கொட்டினா. அமாவாசைல கூட பௌர்ணமி வரும்னு என் தங்கச்சி நிரூபிச்சுட்டாளே. நான் வரலாம். இவ வரலாமா?''

மைத்ரேயி வாசலுக்கு வந்தாள்.

''உள்ளே வாங்க அண்ணி!''

உமா உள்ளே வந்தவள் மாமியார் காலில் விழுந்தாள்.

''என்னை மன்னிச்சிடுங்க அத்தே. நான் பாவி!'' எழுந்து மைத்ரேயியிடம் வந்து, ''உன் கால்ல கூட விழ நான் தயாரா இருக்கேன் மைத்ரேயி!''

''என்னண்ணி பேசறீங்க?''

''நீங்க ரெண்டு பேரும் நம்ம வீட்டுக்கே வந்துடுங்க அத்தே! நீங்கதான் அந்தக் குடும்பத்துக்குத் தலைவி.''

''அம்மா, இவ பேச்சைக் கேட்டு நீங்க ரெண்டு பேரும் வந்துடாதீங்க. மாநில அளவுல மைத்ரேயி ஜெயிச்சிருக்கா. ஈஸ்வரன் சார் பெரிசா படிக்க வைப்பார் என் தங்கச்சியை. நாளைக்கு உசந்த உத்தியோகத்துக்கு மைத்ரேயி வந்தா, அவகிட்ட சரண்டித் திங்கணும். அதுக்கு முன்பதிவு செய்யத்தான் இவ நாடகமாடறா! இவ பேச்சைக் கேட்காதீங்க.''

''என்னங்க, சத்யமா அந்த எண்ணம் எனக்கில்லை. அத்தே, என்னை வாய்க்கு வந்தபடி பேசறார் இவர். உடம்பும், மனசும் புண்ணாகியிருக்கு அத்தே!'' அழுதாள்.

''உங்கக்கா கூடச் சேர்ந்து நீ இதைத்தானேடா செஞ்சே?''

''விடு கோபால். நடந்ததை இனி பேசிப் பயனில்லை. அவளும் வருத்தப்படறா. உமா, நாங்க இனி அங்கே வர்றதெல்லாம் நடக்காத காரியம். என் மகளுக்கு நல்ல பாதையை கடவுள் காட்டியாச்சு. எனக்கு யார் மேலேயும் கோபமில்லை.''

''நாங்க புறப்படறோம். காலேஜ்ல சேர்ந்ததும் எனக்குத் தகவல் குடும்மா!''

''கண்டிப்பா!''

அதே நேரம் பங்களாவில் ஈஸ்வர் பாராட்டு மழையில் திக்குமுக்காடிக் கொண்டிருந்தார்.

''எப்ப பயிற்சி குடுத்தீங்க? எப்படி இந்த அளவுக்கு சாதிச்சார் உங்க மகன்?''



சாப்பிட்டவுடன் டீ அல்லது காப்பி குடிப்பதைத் தவிர்க்கவும். ஏனென்றால் டீ அல்லது காப்பியில் உள்ள டேனின் என்ற வேதிப் பொருள் உணவில் உள்ள இரும்புச் சத்தை உறிஞ்ச விடாமல் தடுத்து விடுகிறது. சாப்பிட்டு இரண்டு அல்லது மூன்று மணி நேரம் கழித்தே டீ (அ) காப்பி சாப்பிடலாம்.

- நஸீஹா ஹஃபீஸ், கீழக்கரை.

சமீபத்தில் பெய்த மழையில் தனியாவை கவனிக்காமல் விட்டதில், தனியாவின் மேல் பாசி பிடித்தாற்போல் பச்சையாகக் காணப்பட்டது. அகலமான பாத்திரத்தில் தனியாவைப் போட்டு நிறைய தண்ணீர் ஊற்றி நன்றாக அலசி வடிய விட்டு வெயிலில் உலர்த்தி எடுத்தேன். தனியா புதியதாக கடையில் வாங்கியது போல் காணப் பட்டது.

- என். விஜயலெட்சுமி, தபோவனம்.



50!

இந்த ரகக் கேள்விகள் ஏராளம்.

திலகம் அவரிடம் தனியாகப் பெருமைப்பட்டாள்.

''இத்தனைக்கும் காரணம் மைத்ரேயி தான். அவ வேணும்னு இவனுக்கு ஆசை. 'நான் வேணும்னா, நீ சாதிக்கணும்'னு நாசூக்கா இவனை அவ உசுப்பி விட்டிருக்கா. வெறி புடிச்சு உழைச்சு சாதிச்சிட்டான். இனிமேல் அவன் கேக்கறதை நாம செய்யணும்!''

''எப்படி முடியும் திலகம்? எல்லாம் தெரிஞ்ச நீயே இப்படிப் பேசினா எப்படி?''

திலகம் எதுவும் பேசவில்லை.

இரவு சாப்பாட்டுக்கு கோகுல் வந்துவிட, மூவரும் ஒன்றாகச் சாப்பிட்டார்கள்.

''கோகுல்! நீ ஜெயிச்சுட்டு வந்ததுக்கு ஒரு பெரிய விருந்து கொடுக்கணும். இந்த வாரக் கடைசியில் ஏற்பாடு செய்யட்டுமா?''

''சரிப்பா! அந்த விருந்துல மைத்ரேயி வெற்றியும் முக்கியப் பங்கா இருக்கணும்!''

''இது வர்த்தகரீதியான விருந்து. இதுல ஒரு பெண் 12வது வகுப்புல ஜெயிச்சதைக் காட்ட முடியுமா?''

''ஏன் முடியாதுப்பா? இப்படி ஜெயிச்சு வந்த மைத்ரேயிதான் என் மருமகள் ஆகப் போறான்னு ஒரு அறிவிப்பு கொடுங்களேன்!''

''என்னடா பேசறே? பதினெட்டு வயசுப் பெண்ணை மருமகள்னு அறிவிக்கறதா?''

''கல்யாணத்தையா இப்ப நடத்தச் சொன்னேன்? நாலு வருஷம் அவ படிச்சு முடிச்சிட்டு வரட்டும். இது வெறும் நிச்சய தார்த்தம்தானே?''

''அதுக்கு இப்ப என்ன அவசரம்?''

''அவசரம்தான்பா! மைத்ரேயி எனக்குத்தான் சொந்தம்னு ஒரு பகிரங்க அறிவிப்பு வந்துட்டா, அந்தத் தெம்புல என் வெற்றிப் பயணம் தொடரும்!''

திலகம் கணவரைப் பார்க்க, அவர் பதிலே பேசவில்லை.

''நான் குடிகாரனா, உருப்படாதவனா இருந்தப்ப, நீங்க மறுத்தது நியாயம். இப்ப அகில இந்திய ரீதியா மிகப் பெரிய வெற்றியைக் கொண்டு வந்திருக்கேன். அதுக்குக் காரணமானவளை பரிசாகக் கேக்கறேன். தரக்கூடாதா?''

இப்போதும் அவர் பேசவில்லை.

''ஏன்? மைத்ரேயி, அம்மா ரெண்டு பேர்கிட்டேயும் பேசிட்டுத்தான் இதை அறிவிக்கணுமா?''

''அதுவும் முக்கியமில்லையா?''

''வாங்க. இப்பவே போய்ப் பேசிடலாம். அம்மா, அப்பா இங்கே இருக்கட்டும். நீங்க வாங்க. அவங்க மனசு என்னன்னு புரிஞ்சுப்போம். எதுவானாலும் ஒத்துக்க நான் தயார்.''

காலடியோசை கேட்டு, திரும்பினால், தேவகியும், மைத்ரேயியும் உள்ளே வந்தார்கள்.

''அவங்களே வந்துட்டாங்க!''

''கோயிலுக்குப் போயிருந்தோம்.'' பிரசாதம் எடுத்துத் தந்தாள் தேவகி.

கோகுல் மைத்ரேயியையே பார்த்தான். பாவாடை, தாவணி கட்டி தேவதை போல் இருந்தாள்.

''அப்பாவும், வெற்றிகளுக்காக பிரமாண்டமா ஒரு விருந்து வைக்கப்போறார். அதுல மைத்ரேயிதான் அவரோட வருங்கால மருமகள்னு அறிவிச்சிருங்கன்னு நான் சொல்றேன். உங்க அனுமதி தெரியாம அப்பா பதில் சொல்லலை.''

தேவகி, மகளைப் பார்த்தபடி, ''எங்களுக்கு அந்தத் தகுதி இருக்கா?''

''நிச்சயமா. மைத்ரேயி, நீ என்ன சொன்னே? சாதிச்சிட்டு வாங்க. நானே தேடி வர்றேன்னு சொன்னியா? இல்லையா?''

மைத்ரேயி சிரித்தவாறே, ''சொன்னபடி வந்துட்டேனே, கோயில் பிரசாதத்தோட!''

''இதுக்கு என்ன அர்த்தம்?''

''ஆதரிச்சவங்க ஆணையிடலாம். அனுமதி கேட்க வேண்டாம்!''

கோகுல், ஈஸ்வரிடம் வந்து, ''இதுக்கு மேல என்னப்பா வேணும்?''

அவர் இப்போதும் பேசவில்லை.

திலகம் அருகில் வந்து, ''இப்பவாவது நீங்க பேசக் கூடாதா?''

ஈஸ்வர் எழுந்தார். ''இனிமே நான் பேசித்தான் ஆகணும். கல்யாணம் ஒருத்தரோட வாழ்க்கையில மிக முக்கியமான திருப்பம். உண்மைகள் ஒளிக்கப்படக் கூடாது.''

அனைவரும் பார்க்க, ''கோகுலுக்கே தெரியாத ஒரு உண்மையை நான் இப்ப சொல்லப் போறேன். கோகுல் எங்க சொந்த மகன் இல்லை. தத்தெடுத்த பிள்ளை!''

''அப்பா!'' கோகுல் அதிர்ச்சியில் அலறிவிட்டான்.

''ஆமாம். நாங்கள் பிள்ளை இல்லாமல் வேதனைப்பட்டபோது கோகுல் வந்து சேர்ந்தான். இப்பவும் அவனைப் பெற்ற பிள்ளைக்கு மேலாதான் நினைக்கிறோம். முறைப்படி தத்தெடுத்து எங்க வாரிசா அவன் ஆகிவிட்ட காரணமா எல்லா உரிமைகளும் அவனுக்குத்தான்!''

தேவகி மெதுவாக, ''எப்படி இருந்தா என்ன? எங்களைப் பொறுத்தவரைக்கும் அவர் உங்க பிள்ளைதான். மைத்ரேயி சொன்ன மாதிரி, நீங்க எடுக்கிற முடிவுதான்.''

கோகுல் ஈஸ்வர் அருகில் சென்று, ''இப்ப நான் உங்க பிள்ளைதான். ஆனால் என்னைப் பெத்தவங்க யாருப்பா? அதை நான் தெரிஞ்சுக்கலாமா?''

திலகம், அவசரமாகக் குறுக்கிட்டாள், வேண்டாம் கோகுல்.

''அம்மா, உங்களை விட்டு நான் போக மாட்டேன். யாருன்னு சொல்லுங்களேன்...''

''உன் அம்மா இப்ப உயிரோடு இல்லை.''

''அப்பா?''

''உனக்கு அப்பாவே இல்லை.''

''இதுக்கு என்ன அர்த்தம்?''

''சந்தர்ப்பச் சூழ்நிலையால சீரழிஞ்சு, பல பேர்கிட்ட தன்னை அர்ப்பணிச்ச ஒரு விலைமாதுக்குப் பிறந்தவன் நீ. மூணு வயசுக் குழந்தையான உன்னை எங்க கிட்ட ஒப்படைச்சிட்டு அவ உயிரை விட்டுட்டா.''

''ஒரு விலைமாதுக்குப் பிறந்தவனா நான்?'' - கோகுல் ஆடிப் போனான்.

(நிலவு வளரும்)



மெழுகுவர்த்தியின் மேல் பக்கம் திரியைச் சுற்றி சற்று குழிவாக அமைத்தால் எரியும் போது மெழுகு உருகி குழிக்குள்ளேயே விழும். தரையும் வீணாகாது. மெழுகுவர்த்தியும் நின்று எரியும். தயாரிப்பாளர்கள் கவனிப்பார்களா?

- கவுசல்யா ஸ்ரீராமன், செகந்திராபாத்.

'சாஃப்ட்வேர்' பெண்ணே!

மாடர்ன் உடையில் கம்பெனி காரில் வந்தாலும்
மாலையாய்க் கழுத்தில் ஐடிகார்டு தொங்கினாலும்
நீயென்னவோ கணிப்பொறியில் மாட்டிய எலிதான்
கண்ணாடி கேபினில் சிறையுண்ட மான்தான்.
கணினித் திரையில் பல 'விண்டோஸ்'களை நீ திறக்கலாம்
உன்வீட்டு ஜன்னலைத் திறக்க நேரமேது?
ஆசைப்பட்டு வாங்கிய பொருட்கள் வைக்க அழகான வீடு
உனக்கென்னவோ நாலடி சதுர க்யூபிக்கிள்தான் கூடு.
இரவும், நிலவும் வளர்ந்தாலும் வேலை தீராது
'Bug, Bug' என்றே இதயம் துடித்துக் கொண்டிருக்கும்
பீட்ஸாவும், கட்லெட்டும் தான் உணவு
நல்ல சாப்பாடு என்பதே கனவு.
கலர்கலர் கனவிலும் ப்ராஜெக்ட்டும், ரிலீஸும்தான்
வீக்எண்ட் அவுட்டிங் கூட ஏதோ பேருக்குத்தான்
பண்டிகை, நாள் கிழமை எல்லாமே காலண்டரில்தான்
நட்பும், உறவும் கூட [illegible] அளவில்தான்.
எல்லா விசேஷத்துக்கும் மொபைலில் எஸ்.எம்.எஸ். வாழ்த்து
ஈமெயிலிலும், chatஇலும் கொஞ்சமாய் உறவாடல்
பணத்தைத் தேடி கானல்நீர் மானாய் ஓடும் ஓட்டம் நிற்பதெப்போ?
இளமையெல்லாம் தொலைந்த பின்னே சாஃப்ட்வேர் பெண்ணே,
நீ வாழ்வதெப்போ?



-சி.எஸ்.சித்ரா,

சாஃப்ட்வேர் பெண்ணா நீங்க? உங்கத் துறையில் நீங்கச் சந்திக்கிற சவால்கள் - சாதனைகள் பற்றி 'எங்க வாழ்க்கை' பகுதிக்கு

DR. KAMAKSHI MEMORIAL HOSPITAL



#1, Radial Road, Pallikaranai, Chennai - 601 302
Tel : +91- 44-22469200 (30 Lines), 66300300 (30 Lines), Fax : 22463282
E-mail : info@drkamakshimemorialhospital.org
Website : www.drkamakshimemorialhospital.org



Dr. S. Varadarajan. M.S., M.Ch., (URO)

சிறுநீரகம் மற்றும் சிறுநீரகப்பாதை சம்பந்தப்பட்ட புற்றுநோய்களைப் பற்றிய விவரம்

முக்கியமாக ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் இவ்வழிப்பாதை புற்றுநோய்கள் சிறுநீரகப்பையிலும் சிறுநீரகத்தையும் பாதிக்க வாய்ப்புண்டு. இதைத் தவிர ஆண்களுக்கே உரித்தான புற்றுநோய் Prostate gland - லிருந்து எழ வாய்ப்புண்டு. Prostate glan இல் எழும் புற்றுநோய் 50வயதுக்கு மேற்பட்டோருக்கு ஏற்படக் கூடிய நோயாகும். வயது அதிகமாக அதிகமாக இந்தநோய் வருவதற்கான சாத்தியக் கூறுகள் அதிகம். 13%சதவிகிதம் ஆண்கள் இந்தப்புற்று நோயினால் தாக்கப்பட வாய்ப்புள்ளது. அமெரிக்காவில் மட்டும் இரண்டு லட்சத்துக்கும் மேற்பட்டோருக்கு ஒவ்வொரு ஆண்டும் இந்நோய் புதிதாகக் கண்டுபிடிக்கப்படுகிறது. இந்தியாவின் ஜனத்தொகையைக் கணக்கிட்டுப் பார்த்தால் குறைந்தது 5-லிருந்து 6 லட்சம் ஆண்களுக்கு ஒவ்வொரு ஆண்டும் இந்நோயால் தாக்கப்பட வாய்ப்பிருக்கிறது. மேலை நாடுகளில் இந்தநோய் ஆரம்பக்கட்டத்திலேயே கண்டுபிடிக்கப்படுகிறது. இதற்காகச் செய்யப்படவேண்டிய பரிசோதனைகள் இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு 50 வயதுக்கு மேற்பட்ட ஆண்களுக்கு விரல்முறை (digital rectal examination) பரிசோதனையும், PSA என்ற இரத்த சோதனையும் செய்யப்படுமாயின் ஆரம்பக் கட்டத்தில் இந்தநோயைக் கண்டுபிடிக்க வாய்ப்புண்டு. ஆரம்பக் கட்டத்தில் இந்த நோய் கண்டுபிடிக்கப்படுமே ஆயின் அறுவை சிகிச்சை மூலமாகவோ, கதிர்வீச்சு சிகிச்சை மூலமாகவோ பெரும்பாலோருக்குப் பூரணமாக குணப்படுத்தமுடியும்.

இந்த பெரும்பாலோருக்கு புற்று நோய் பரவிய பின்பே கண்டுபிடிக்கப்படுகிறது. இதனால் முற்றிலும் குணமடைய சாத்தியக் கூறுகள் மிகக்குறைவு. இருப்பினும் ஹார்மோன் சிகிச்சை மூலம் இந்நோயை ஓரளவு கட்டுப்படுத்த முடியும்.

இதற்கடுத்து இடம்பெறுவது சிறுநீர்ப்பையிலிருந்து ஏற்படும் புற்றுநோயாகும். இந்த நோய் புகை பிடிப்போருக்கும், சில சாயம் சார்ந்த (dye industries) வேலை செய்வோருக்கும் அதிகமாகக் காணப்படுகிறது. இதே போல் ரப்பர், உருக்குமிடத்தில் வேலை செய்வோரும் பிளாஸ்டிக் உருக்குமிடத்தில் வேலை செய்வோருக்கும் இந்தநோய் ஏற்பட அதிகம் வாய்ப்பிருக்கிறது. கூந்தலுக்கு சாயம் உபயோகப்படுத்துவதாலும் இந்நோய் வர வாய்ப்புண்டு. இந்தத் தொழில் சார்ந்தோருக்கு சிறுநீர்ப் பரிசோதனை (cytology) முறைப்படி செய்யப் படுமாயின் இந்நோயைக் கண்டறிய வாய்ப்புண்டு. சிறுநீர்ப்பையின் புற்றுநோய் பாதிக்கப்பட்டோருக்கு சிறுநீரில் இரத்தக் கசிவு (Haematuria) பெரும்பாலோருக்கு உண்டாகும். இந்த நோய் அதிர்ஷ்டவசமாக 85 சதவிகிதம் Mucosa வரை மட்டுமே பரவுகிறது. இதனால் Endoscopy என்ற சிகிச்சை முறைப்படி சிறுநீர்ப் பையின் உட்புறத்திலிருந்து கட்டியை நீக்கி விட சாத்தியமாகிறது. இதைத்தவிர சிறுநீர்ப்பையில் சில மருந்துகளைச் செலுத்துவதன் மூலம் இந்நோய் திரும்ப வராமலிருக்க ஓரளவு கட்டுப்படுத்த முடியும். இம்முறையில் சிகிச்சை பெற்றோர் சிறுநீரக அறுவை சிகிச்சை நிபுணரின் (Urologist) கண்காணிப்பில் இருப்பது அவசியம். 10-லிருந்து 15 சதவிகிதம் பேருக்கு இந்நோய் சிறுநீர்ப்பையின் தசையிலோ அதற்கு அப்பால் பரவிய நிலையின் கண்டுபிடிக்கக் கூடும்.

இந்த நிலையில் இந்நோய் சீக்கிரமாகப் பரவி உயிருக்கே ஆபத்தை விளைவிக்கக்கூடும். இந்தக் கட்டத்தில் சிறுநீர்ப்பையை அகற்றுவதன் மூலம் இந்நோயைக் கட்டுப்படுத்த வாய்ப்புள்ளது. சிறுநீர்ப்பையை அகற்றிய பின் சிறுநீர் போவதற்கு மாற்றுப்பாதை குடலை உபயோகித்து ஏற்படுத்தப்படுகிறது. இதற்கான வழிமுறைகள் பல உண்டு. இது நோயின் தன்மையைப் பொருத்தும், நோயாளியின் விருப்பத்தைப் பொருத்தும் முடிவெடுக்கப்படுகிறது.

புதிய சிறுநீர்ப்பை (Neo Bladder) வடிவமைப்பதன் மூலம் நோயாளி சாதாரணப் பாதை மூலம் சிறுநீர் கழிக்க வாய்ப்புள்ளது. அறுவைச் சிகிச்சைக்கு சாத்தியக் கூறு இல்லாவிடில் கதிர்வீச்சு மூலமாகவோ மருந்துகள் மூலமாகவோ கட்டுப்படுத்த வாய்ப்புண்டு.

சிறுநீரகத்தில் வரும் புற்றுநோய் பல அறிகுறிகளுடன் வெளிப்பட வாய்ப்புண்டு. முக்கியமாக சிறுநீரில் இரத்தக்கசிவு ஏற்படுவதாலோ அல்லது வயிற்றில் கட்டியோ, வலியோ ஏற்படுமேயாயின் கண்டுபிடிக்கப்படுகிறது. இதைத்தவிர மற்றும் பல அறிகுறிகளுடன் தெரிய வாய்ப்புள்ளது. அறிகுறிகளே இல்லாத நிலையில் இந்தநோய் சிலமுறை (Scan) ஸ்கேன் மூலம் கண்டுபிடிக்கப்படுகிறது. நோயின் தன்மையையும், அது பரவியிருக்கும் நிலையையும் கண்டுபிடிக்கப் பல வழிமுறைகள் உள்ளன. வியாதி ஆரம்பக் கட்டத்தில் கண்டுபிடிக்கப்படுமேயாயின் சிறுநீரகத்தை அறுவைசிகிச்சை மூலம் அகற்றுவதன் மூலம் பூரண குணமடைய வாய்ப்புள்ளது. அறுவை சிகிச்சை தவிர மற்ற புற்றுநோய் சிகிச்சை முறைகள் மூலம் கட்டுப்படுத்துவது கடினம்.

மிகவும் ஆரம்ப நிலையிலேயே கண்டுபிடிக்கப்படுமேயாயின் சிறுநீரகத்தின் ஒருபகுதியை அகற்றுவதன் மூலம் (nephron-sparing surgery) பூரண குணமடைய வாய்ப்புள்ளது.

இந்த மூன்று புற்றுநோய்கள் தவிர இன்னும் சில புற்றுநோய்கள் சிறுநீரகத்தையோ, சிறுநீர்ப்பாதையையோ தாக்க வாய்ப்புள்ளது. இதில் முக்கியமாக ஆண்களுக்கு ஆணுறுப்பில் ஏற்படும் புற்றுநோய் Cancer Penis என்பதாகும். சிறுவயதிலேயே Circumcision செய்வதன் மூலமும், அடிப்படை சுகாதாரப் பழக்க வழக்கங்கள் (Basic Hygiene) மூலமும் இந்தநோய் வராமல் தடுக்க வாய்ப்புள்ளது. ஆணுறுப்பில் ஏதேனும் கட்டி அல்லது புண் ஏற்படுமாயின் உடனே அறுவை சிகிச்சை நிபுணரை அணுகுவது முறையாகும்.

இலவச ஆலோசனைக்கு **எஸ். சுபாஷிணி : 93451 20265**

கூண்டுக் கிளிகள்!

ஆர்.பரிமளா ராஜேந்திரன்

''அகிலா, சூடா ஒரு தம்ளர் காப்பி கிடைக்குமா? தலையை வலிக்கிற மாதிரி இருக்கு.''

அடுப்படியில் நுழைந்த ராகவன் கேட்க,

''இதோ தர்றேங்க'' சொன்னவள், மகன் சிவாவுக்கும் மருமகள் சுமதிக்கும் மதியச் சாப்பாட்டை டிபன்பாக்ஸில் நிரப்பிக்கொண்டே பாலை அடுப்பில் வைத்தாள்.

அவசர, அவசரமாகச் சாப்பிட்டு இருவரும் வேலைக்குக் கிளம்ப, அங்கிருக்கும் சோபாவில் சாவகாசமாக வந்து அமர்ந்தான்.

''அப்பாடா, காலை நேரத்தில் வேலை சரியா இருக்கு. இரண்டு பேரும் ஓடி ஓடி உழைக்கிறாங்க. கடவுள் இன்னும் கண் திறக்கலை. ஒரு குழந்தை பிறந்தா நல்லாயிருக்கும்.''

புலம்பும் மனைவியைப் பார்த்தார் ராகவன்.

''எல்லாம் நடக்கும் அகிலா. நல்ல நேரம் வரும்.''

பிள்ளையாரை வணங்கி, பிராகாரம் வலம் வந்தவர், எப்போதும் உட்காரும் இடத்தில் சென்று அமர, சபேசனும், உலக நாதனும் அங்கு வந்தார்கள்.

''என்ன ராகவன் சாமி கும்பிட்டாச்சா? இந்தாங்க சுண்டல்.''

கையிலிருந்ததைக் கொடுத்து, அவர் அருகில் உட்கார்ந்துகொண்டார்கள்.

''அப்புறம் ஒரு முக்கியமான விஷயம். நம்ப சந்திரன் டூர் ஏற்பாடு பண்ணியிருக்கான். நம்ப மாதிரி வயசானவங்களுக்காக அவன் வருஷா வருஷம் டூர் அரேன்ஜ் பண்ணி கோயில்களுக்கு அழைச்சிட்டுப் போவான். இந்தத் தடவை திருப்பதி, திருத்தணி, திருவண்ணாமலை, காளஹஸ்தி, காணிப்பாக்கம் விநாயகர் கோயில் எல்லாம் கூட்டிட்டுப் போகப் போறானாம். ஒரு வாரம் நிதானமா, அவசரப்படுத்தாம, நல்லா சுத்திக் காண்பிப்பான். மொத்தம் பன்னிரண்டு பேர்தான். இது வரைக்கும் எட்டு சீட் புக் ஆயிடுச்சு. ஒருத்தருக்கு ரெண்டாயிரம் ரூபாய். வர்றீங்களா?''

சபேசன் கேட்க, ராகவன் மனத்தில் உற்சாகம்.

''நான் என் சம்சாரத்தையும், மகனையும் கலந்துக்கிட்டு வந்து நாளைக்குச் சொல்றேன், சபேசன் ஸார்!''

ராகவன் சொன்னதைக் கேட்டதும், அகிலாவின் மனம் சந்தோஷத்தில் பூரித்தது.

''நாமும் போகலாங்க'' - சிறு குழந்தையாகக் குதூகலித்தாள்.

''சிவாவைக் கேட்போம். பணம் நாலாயிரம் நாளைக்கே கொடுக்கணும். அவனால முடியுமான்னு தெரியணும். வீடு கட்டிட்டு இருக்கான். ஃபைனான்ஸ் எப்படி இருக்கோ, தெரியலை.''

அகிலாவுக்குச் சட்டென்று கோபம் வந்தது.

''இதுக்குத்தான் அப்பவே சொன்னேன். நம்ம கையிலே நாலு காசு இருக்கணும்னு

கேட்டீங்களா? வீடு, நிலபுலம்னு வித்து அவன் கையில மொத்தமா குடுத்துட்டீங்க. இப்ப எல்லாத்துக்கும் அவங்களை எதிர் பார்க்கிற நிலைமை.''

''எதுக்கு சிடுசிடுக்கிறே? எல்லாம் தருவான். போயிட்டு வரலாம்'' - மனைவியைச் சமாதானப்படுத்தினார்.



இரவு சாப்பாட்டுக்குப் பிறகு ராகவன் மெள்ள ஆரம்பித்தார்.

''சிவா, உன்கிட்டே ஒரு விஷயம் சொல்லணும்பா.''

''என்னப்பா?''

''உங்கம்மா திருப்பதி போகணும்னு ரொம்ப நாளா சொல்லிட்டிருக்கா. ஒருத்தருக்கு ரெண்டாயிரம் ரூபாயாம். நானும், அம்மாவும் போகலாமான்னு பார்க்கிறோம். நீ என்னப்பா சொல்றே?''

அருகில் அமர்ந்திருந்த சுமதியைப் பார்த்தவன், ''நாளைக்குச் சொல்றேன்பா'' எழுந்து கொண்டான்.

மறுநாள் காலை, வழக்கம் போல் பரபரப்பாக விடிந்தது. சிவாவும், சுமதியும் திருப்பதி போவதைப் பற்றி ஒன்றுமே சொல்லாமல் ஆபீசுக்குக் கிளம்பிச்

செல்ல, அகிலாவுக்குத் துக்கம் தொண்டையை அடைத்தது.

''எனக்குத் தெரியுங்க. இப்படித்தான் நடக்கும்னு. அவங்களுக்கு இஷ்டமில்லை. அதனால்தான் பதில் சொல்லாமல் போயிட்டாங்க.''

ஆவேசம் வந்தவள் போல் எழுந்தவள், உள்ளே சென்றாள்.

எவ்ஸ்தா பெட்டியைக் குடைந்தவள், கையில் தங்கக் கம்மலுடன் வந்தாள்.

''இது நான் சின்ன வயசிலே போட்டிருந்தது. உபயோகமில்லாம பெட்டியிலே கிடக்கு. இதை வித்துட்டு பணம் வாங்கிட்டு வாங்க.''

''வேண்டாம் அகிலா. வீணா எதுக்குப் பிரச்னை?''

''ஒரு பிரச்னையும் வராது. நீங்க கிளம்புங்க.''

வேறு வழியில்லாமல் தோடுகளை எடுத்துக்கொண்டு கிளம்பியவர், அடுத்த ஒரு மணி நேரத்தில் பணத்துடன் திரும்பி வந்தார்.

அன்று மாலை, கோயிலில்...

''என்ன ராகவன், திருப்பதிக்குக் கிளம்பியாச்சா?''

''ஆமாம். போகலாம்னு முடிவு பண்ணிட்டோம். அந்த பெருமாள் எங்களையும் கூப்பிட்டிருக்கார். அந்த சந்நிரனைப் போய் பார்க்கலாமா?''

''எதுக்கு ராகவன்? அதான் மத்தியானமே உங்க மருமக சுமதி வந்து பணம் கொடுத்து, உங்க ரெண்டு பேர் பெயரையும் பதிவுபண்ணிட்டுப் போயிட்டாங்களே!''

திகைத்துப் போனார் ராகவன்.

''உங்க மருமகளுக்குத்தான் உங்க மேலே எவ்வளவு அக்கறை! என்ன வண்டி, நல்ல ஹோட்டலா, கேர் டேக்கர் யாரு, ஏதும் அவசரத்துக்கு உடம்பு முடியாமப் போனா மருத்துவ வசதி இருக்கா, பொறுப்பா அழைச்சிட்டுப் போயி, பத்திரமா கொண்டுவந்து விடுவீங்களா... அப்படின்னு ஒரே கேள்விமயம்தான் போங்க.''

அவர் சொல்லச் சொல்ல ராகவனுக்குப் பரபரப்பாக இருந்தது.

''அகிலா, இப்பவாவது நான் சொல்றதைப் புரிஞ்சுக்கிட்டியா? நமக்கு எது செய்யணும், எது நல்லது, கெட்டதுங்கிறது அவங்களுக்குத் தெரியும். அவங்ககிட்டே பொறுப்பை ஒப்படைச்சுட்டோம். நாம் கூண்டுக்கிளிகளாகவே இருப்போம். நீ எதிர்பார்க்கிற சுதந்திரம் இனி நமக்குத் தேவையில்லை. நமக்காக அவங்க சிந்திக்கிறாங்க. செயல்படறாங்க. அது நமக்கு போதும். சரி, இந்தா நீ கொடுத்த பணம். கொண்டு போய் உள்ளே வை.''

''இருக்கட்டுங்க. நாளைக்கு எனக்குப் பேரன் பிறந்தா அவன் கழுத்திலே குண்டுமணி தங்கம் வாங்கிக் கட்டிட்டுப் போறேன். பெருமாள்கிட்டே என்னோட வேண்டுதலே அதுதாங்க.''

வாழ்க்கையைப் புரிந்துகொண்டவளாகப்பேசிய அகிலாவைப் பார்த்து மனம் நிறையப் புன்னகைத்தார் ராகவன். ●



கரப்பான் பூச்சி தொந்தரவு அதிகமாய் இருந்தால் அடுக்களையில் ஒரு குடையை வைத்து விட்டால் போதும். காலையில் பார்த்தால் குடையில் நிறைய அடைந்திருக்கும். அப்படியே எடுத்து வெளியில் கொண்டு போய்த் தட்டினால் போதும்.

- விஜயலக்ஷ்மி, வடபழனி.



Enjoy Ponmani & PRADOSAM AT KAILASH MANASAROVER

திருக்கயிலாயம் - மானஸரோவர்

மே முதல் செப்டம்பர் மாதம் ஒரு குழு புரப்படுகிறது

காட்மாண்டிலிருந்து டயோட்டா கார் மூலம் திருக்கயிலாயம் சென்று தரிசித்து காட்மாண்டு வருவதற்கு 16 நாட்கள் ஆகும் ரூ. 50,000/- / ரூ.55,004/-

ஏப்ரல் மே	12 நாட்கள் சிம்லா, குல்லூ, மனாலி, டெல்லி, ஆக்ரா, சண்டிகர், மதுரா
ஏப்ரல் மே	12 நாட்கள் காட்மாண்டு முக்திநாத் காசி அலகாபாத், போக்ரா, லும்பினி
ஏப்ரல் மே	கேங்டாக், டார்ஜிலிங், கொல்கத்தா, பூரி, புவனேஷ்வர் 12 நாட்கள்
மே, ஜுன்	12 நாட்கள் - கேதர்நாத், பத்ரிநாத், ஹரித்வார், ரிஷிகேஷ்
ஜுன்,ஜீலை	15 நாட்கள் அமர்நாத் யாத்திரை (ஹெலிகாடர் வசதி உண்டு)
பிரதி மாதம்	அந்தமான் டூர் - 8 நாட்கள்/5 நாட்கள் விமானம் / கப்பல்
பிரதி மாதம்	10 நாட்கள் பூரி, கொனார்க், கயா,காசி, அலகாபாத், புவனேஷ்வர்

மலேசியா, சிங்கப்பூர், தாய்லாந்து, ஐரோப்பா, ஆஸ்திரேலியா, துபாய், சீனா, மொரிசியஸ் சுற்றுலாக்களுக்கு அணுகவும்

குழுவாக வருபவர்களுக்கு கட்டண சலுகை உண்டு. தனியாகவும் தாங்கள் விரும்பும் இடங்களுக்கு சுற்றுலா மற்றும் திருப்பயணம் நடத்தி தருகின்றோம்

பெங்களூர் - 080 22879745, ஹைதராபாத் -09989242299

Special Care for Senior Citizens

மனோகர் டிராவல்ஸ்
ஈரோடு 638 001
Ph :2269940 Cell :94433-80159
E.mail : Monohartravels@packagetours4u.com



கைலாஷ் டிராவல்ஸ்
சென்னை 600 003
Ph :42053923 Cell:94433-80154
E.mail:kailashtravels@packagetours4u.com



பாரம்பரிய ஜோதிடர்

துயரத்தின் பிடியிலிருக்கும் பலரும் இவர் பார்வை பட்ட பிறகு வாழ்க்கையின் உயர்ந்த நிலையை அடைந்து விடுகின்றனர்.

திருமணத்தடை, குழந்தையின்மை, கணவன் மனைவி பிரிவு, கல்வித் தடை, வேலையின்மை, கொடிய நோய்கள் போன்றவற்றை எளிமையான பரிகாரம் மூலம் இவர் தீர்க்கும் விதம் வியக்கத் தக்கது.

ஜாதகம் கணிப்பதிலும், குழந்தைகளுக்கு அதிர்ஷ்டப் பெயர் சூட்டுவதிலும் வல்லவர் இவர்.

வெளியூர் அன்பர்கள் ஒரு ஜாதகத்தின் மூன்று கேள்விகளுக்குப் பதில் பெற ரூ.150/-MO (or) D.D அனுப்பவும். ஜாதக நகல் + ரூ.5 அஞ்சல் தலை ஒட்டிய சுய விலாசமிட்ட கவர் இணைக்க வேண்டும். ஜாதகம் இல்லாதவர்களுக்கு எங்கள் பிரசன்ன முறையில் பதில் பெறலாம்.

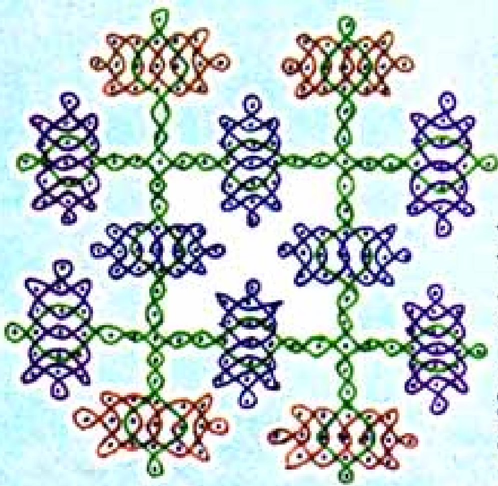
Prof. S. பஞ்சநாதன்

வாக்குச் சித்தர் ஜோதிட நிலையம், எண். 8/27, 3rd மெயின்ரோடு, தில்லை கங்கா நகர், நங்கநல்லூர், சென்னை 600 061 தொலைபேசி - (044) 22670573 , 9444453693

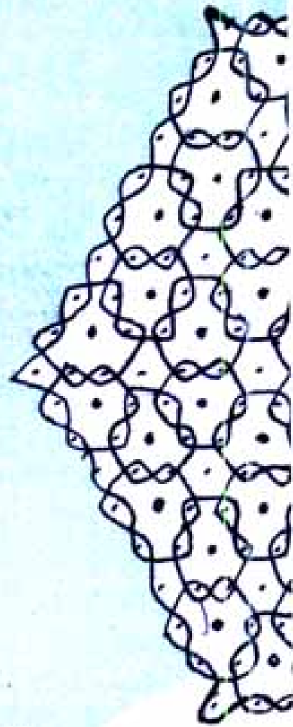
ரகசியங்கள் ரகசியமாய் இருக்கும். ♦ தொலைபேசி மூலம் முன் அனுமதி பெற்று வருக!

SATISFACTION GUARANTEED

வண்ணக்

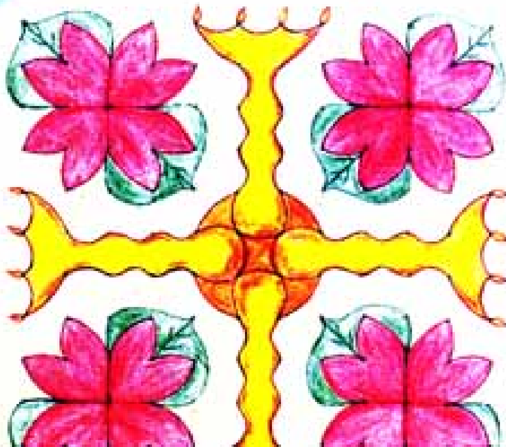


- பி. பிரேமா, மடிப்பாக்கம்.

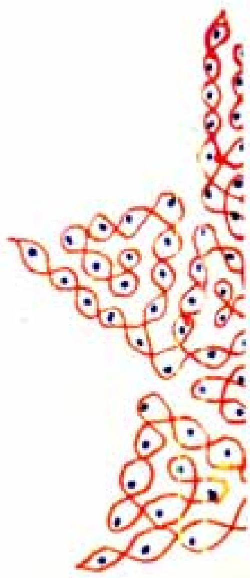




13 -7 (சந்துப் புள்ளி)
- ப. உஷா, திருச்சி - 20.



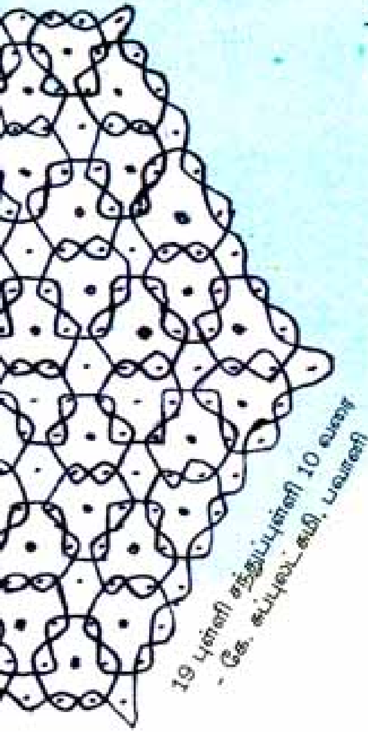
12 புள்ளி 12 வரிசை (நேர்ப்புள்ளி)
- பா. முத்துமாணிக்கம், பட்டுக்கோட்டை.



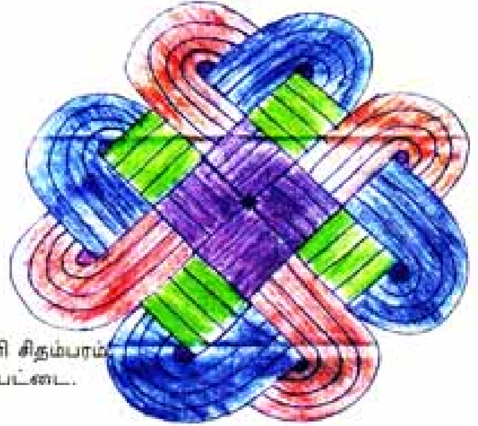
கோலங்கள்



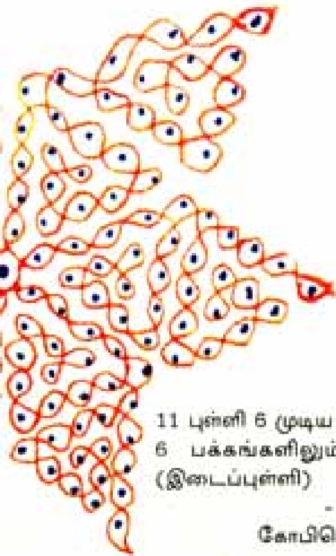
16 புள்ளி 2 வரிசை
2 முடிய (நேர்ப்புள்ளி)
- பாப்பா நல்லபெருமாள்,
பாளையங்கோட்டை.



19 புள்ளி சந்துப்புள்ளி 10 வரை
- கே. சுப்புலட்சுமி, பவானி



- விஜயகுமாரி சிதம்பரம்,
சைதாப்பேட்டை.



11 புள்ளி 6 முடிய (இடைப்புள்ளி)
6 பக்கங்களிலும் 5 முதல் 1
(இடைப்புள்ளி)
- ஜி.கே. பிரேமா,
கோபிசெட்டிபாளையம்.



13 - 1 (நேர்ப்புள்ளி)
-எஸ். பத்மாசினி,
மைலாப்பூர்.

நைன் இன் ஒன்

மொறு மொறு மேஜிக்!

சாதாரணமாக கார வகைகள் தயாரிக்க அரிசியைக் கழுவி வெயிலில் உலர்த்தி செய்ய வேண்டும். ஆனால் இந்த ஈர அரவையில் ஒரே மாவைக் கொண்டே ஒன்பது திடீர் கார வகைகளைத் தயாரிக்கலாம்.

ஈர அரவை மாவு தயாரிக்கத் தேவையான பொருள்கள்:

பச்சரிசி (மாவு அரிசி என்று கடையில் கேட்டு வாங்கவும்)

மாவு தயாரிக்கும் முறை:

பச்சரிசியை நன்கு கழுவி இரண்டு மணி நேரம் ஊறவிடவும். பின் நன்கு வடித்து நிழலில் உலர்த்தி ஈர அரவை மிஷினில் அரைத்துக் கொள்ளவும். பின் இந்த அரைத்த மாவை வாணலியில் சிறிது சிறிதாக வறுத்துக் கொள்ளவும்.

வறுக்கும் பதம்:

வெறும் வாணலியை அடுப்பில் வைத்து சிறிது சிறிதாக மாவைக் கொட்டி வறுக்கவும். மாவை கோடு போட்டால் கோலமிடும் பதத்துக்கு வரவேண்டும். இந்த மாவை ஆறு மாதம் வரை உபயோ கிக்கலாம்.

இங்கே ஒன்பது வகை கார வகை களுக்கும் தேவையான பொருட்களைக் கொடுத்துள்ளேன். அவரவர் செய்யும் கார வகைகளுக்கு ஏற்ப பொருட்களை எடுத் துக் கொள்ளவும்.

தேவையான பொருள்கள்:

வறுத்த உளுத்த மாவு, ஈர அரவை அரிசி மாவு, வறுத்த பயறு மாவு.

கடலை மாவு, பொட்டுக்கடலை மாவு, எள், ஜீரகம், உப்பு, வெண்ணெய் அல்லது எண்ணெய், மிளகாய்த் தூள், பூண்டு (ரிப்பன் முறுக்கு செய்ய)

ஓமம் (ஓமப்பொடிக்கு)

வெங்காயம், இஞ்சி, பூண்டு, கொத்து மல்லி, ப.மிளகாய், கறிவேப்பிலை, (பக் கோடா, கார அடை தயாரிக்க)

கடலை பருப்பு, பாசிப்பருப்பு (தட்டைக்கு)

(தேவையான அளவுகள்



செய்முறைகள் கொடுத்துள்ளேன்.)

மொறு மொறு மேஜிக் கார வகைகள் செய்முறை:

1. உளுந்து முறுக்கு: மேற்சொன்ன தேவை யான பொருள்களில் இருந்து. உளுந்து மாவு 1 பங்கு, ஈர அரவை அரிசிமாவு 6 பங்கு எடுத்து ஜீரகம், வெண்ணெய் (அ) எண் ணெய் சேர்த்து தேவையான் அளவு உப்பு சேர்த்து பிசைந்து முறுக்கு அச்சில் பிழியவும். முறுக்கு தயார்.

2. பாசிப்பயறு முறுக்கு: மேற் சொன்ன தேவையான பொருள்களில் இருந்து பாசிப்பயறு மாவு 1 பங்கு அரிசி மாவு 4 பங்கு, என், உப்பு தேவை யான அளவு சேர்த்து வெண் ணெய் அல்லது எண்ணெய் சேர்த்து பிசைந்து முறுக்கு அச்சில் பிழியவும். பயத்தம் பயறு முறுக்கு ரெடி.

3. பொட்டுக்கடலை முறுக்கு: வறுத்த பொட்டுக்கடலைமாவு 1 பங்கு, அரிசி மாவு 4 பங்கு, என் சிறிது, தேவை யான அளவு உப்பு வெண்ணெய் (அ) எண் ணெய் சேர்த்து பிசைந்து முறுக்கு அச்சில் பிழியவும். முறுக்கு ரெடி.

4. ரிப்பன் முறுக்கு: கடலைமாவு 2 பங்கு, அரிசி மாவு 4 பங்கு, மிள காய்த்தூள் 1 ஸ்பூன், பூண்டு 6 பல் பெரியது. (அரைத்து சாறு எடுத்துக் கொள்ளவும்). உப்பு தேவையான அளவு சேர்த்து பிசைந்து முறுக்கு உரலில் ரிப்பன் அச்சை போட்டு பிசையவும். ரிப்பன் முறுக்கு ரெடி.

5. தட்டை முறுக்கு: கடலைப் பருப்பு, பாசிப் பருப்பை ஊற வைத்துக் கொள்ள வும். அரிசி மாவை வெந்நீரில் ஊற்றி பிசைந்து கொள்ளவும் (தட்டைக்கு மட்டும்) இதில் 4 பங்கு அரிசி மாவுக்கு 1 பங்கு பாசிப் பயறு மாவைக் கலந்து ஊறவைத்த கடலை பருப்பு, பாசிப் பருப்பு சேர்த்து மிளகாய்த் தூள் தேவையான அளவு சேர்த்து, அதில் உப்பு,

ரூ.150 பரிசு பெறும் போட்டிக் கதை



உஷாவா இப்படி?

பகீரென்றது மைதிலிக்கு. மகள் உஷா வின் டைரியில் நாளிதழில் வந்த இளம் கதாநாய கனின் புகைப்படம் ஒன்று கத்திரிக்கப்பட்டு பத்திரமாக மடித்து வைக்கப்பட்டிருந்தது.

உஷா அழகி, கெட்டிக்காரி, திறமைசாலியுங் கூட. மென்பொருள் துறையில் நல்ல பதவியும் வகிக்கிறாள். சினிமா கதாநாயகன் மேல் மையல் கொள்ளும் அளவுக்கா புத்தி கெட்டுப் போகும்? மைதிலிக்கு மனம் பலவாறாக குழம்பித் தவித்தது.

"அடடா, இதைப் பார்த்துட்டியா!" என்று பின்பக்கமாக வந்து நின்றாள் உஷா.

"அம்மா! இந்த ஹீரோ உட்கார்ந்திருக்குற ஊஞ்சல் எவ்வளவு அழகா இருக்கு பாரேன். நீ நம்ப வீட்டுல ஒரு ஊஞ்சல் மாட்டணும்னு ஆசைப்பட்டியே... அதான் உன் பிறந்த நாளுக்கு இதே மாதிரி பரிசு கொடுக்கணும்னு கத்தரிச்சு வைச்சேன்" என்றவளை பாசத்துடன் அணைத்துக் கொண்டாள் மைதிலி.

- இரா. உஷா, சென்னை - 42

வெண்ணெய் சேர்த்து பிசைந்து தட்டை களாகத் தட்டி எண்ணெயில் போடவும். உலர வைக்க வேண்டியது இல்லை.

6. ஓமப்பொடி: கடலைமாவு 1 பங்கு, அரிசி மாவு 1 பங்கு, அரைத்து வடிகட்டிய ஓமம் அரை ஸ்பூன், தேவையான அளவு உப்பு, வெண்ணெய் சேர்த்து பிசைந்து ஓமப்பொடி அச்சில் பிழிந்து எடுக்கவும்.

7. சீடை: பாசிப்பயறு மாவு 1 பங்கு, அரிசி மாவு 4 பங்கு, எள் அல்லது ஜீரகம் சிறி தளவு உப்பு தேவையான அளவு வெண்ணெய் அல்லது எண்ணெய் சேர்த்து பிசைந்து சீடைகளாக உருட்டி எண்ணெ யில் போடவும். உலர வைக்க வேண்டி யது இல்லை.

8. பக்கோடா: அரிசிமாவு 1 பங்கு, கடலை மாவு 1 பங்கு, இஞ்சி, பூண்டு, வெங்காயம் கால் கிலோ, கறிவேப்பிலை கொத்துமல்லி, உப்பு தேவையான அளவு, மிளகாய்த்தூள் 1 ஸ்பூன் அல்லது நறுக்கிய பச்சை மிளகாய் போட்டு பிசைந்து எண்ணெயில் உதிரி உதிரியாகப் போட்டு எடுக்கவும்.

9. கார அடை:

அரிசிமாவில் நீர் ஊற்றி தேவையான அளவு உப்பு சேர்த்து பிசைந்து கொள்ள லாம். வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி அதில் கடுகு தாளித்து உ.பருப்பு, க.பருப்பு, கறிவேப்பிலை, இஞ்சி, பட்டை, மிளகாய், வெங்காயம் இவற்றை வதக்கி மாவில் சேர்க்கவும். மேலும் சுவைக்கு தேங்காய் சேர்த்து தோசைக் கல்லில் அடையாகத் தட்டவும். எண் ணெய் ஊற்றி சிவக்க எடுக்கவும். இந்த ஈர அரவை மாவை வைத்துக் கொண்டால் வீட்டில் உள்ள எந்த மாவைக் கொண்டும் மொறு, மொறு கார வகையை நொடியில் தயார் செய்யலாம்.

- லக்ஷ்மி வெங்கட்ராஜுலு,
அம்மா சத்திரம்

பிப்ரவரி மாதம் எப்படி?



கிரக நிலை

			செவ்
ரா	1.2.2008 அன்று கிரகநிலை		சனி கே
சூ பு			
குரு சுக்	சந்		

ராசிபலன்களும் எளிய பரிகாரங்களும்



கணித்து வழங்குபவர்:
டாக்டர் முருகடிமை துரைராஜ்

மேஷம்



(அசுவினி, பரணி, கார்த்திகை 1-ஆம் பாதம்)

மேஷ ராசி நேயர்களே! உமது முயற்சிகளில் அபார வெற்றி கிட்டும். கணவன் - மனைவி இடையில் மகிழ்ச்சி பெருகும். உமது மகன் (அ) மகள் வெளிநாடு செல்வர். காதல் வயப்பட்டோர் எண்ணம் ஈடேறும். விவாகரத்து பெற்றவர்கள் மறுமணம்புரிய வாய்ப்பு தேடி வரும். திட்டமிட்டபடி வீடு, மனை, பூமி என வாங்குவீர்கள். வீட்டில் விருந்தினர் வருகை அதிகரிக்கும். ஆடம்பரமான ஆடை, அணிமணிகள் மற்றும் இல்லத்தின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வீர்கள். மாணவர்கள் படிப்பில் முதல் நிலை அடையலாம். எனினும், கடின உழைப்பு தேவை. உத்தியோகப் பிரிவினர் பதவி உயர்வு பெற வாய்ப்பு உள்ளது. கலைஞர்கள் அனுகூலம் பெறுவர். மாத ஆரம்பம் முதல் 2.2.2008 பின்னிரவு வரை மற்றும் 27.2.2008 நள்ளிரவு முதல் மாத இறுதி வரை சந்திராஷ்டமம். புதிய முயற்சிகளில் மிகவும் கவனத்துடன் செயல்படவும்.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 4, 6, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் சிவப்பு.

பரிகாரம் : குலதெய்வ வழிபாடு செய்க. பிரதி செவ்வாய் அருகில் உள்ள அம்மன் கோயிலில் தீபம் ஏற்றவும்.

(கார்த்திகை 2, 3, 4ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்)

ரிஷப ராசி நேயர்களே! உமது வாக்கினால் வளமும், நலமும் சேரும். கடன் கணிசமாகத் தீரும். பிரயாணத்தில் கவனம் தேவை. யாருக்கும் ஜாமீன் தர வேண்டாம். வீடு கட்டும் பணியில் நிலவிய காலதாமதம் அகலும். மூத்த சகோதர வழியில் உதவியும் ஒத்தாசையும் கிட்டும். புத்திரபாக்யம் இல்லாதவர்களுக்குப் புத்திரபாக்யம் கிட்டும். பெண்கள் இன்ப அதிர்ச்சியில் மூழ்க நேரும். உத்யோகஸ்தர்களுக்கு பதவி உயர்வு சம்பந்தமான மேல் முறையீடுகளில் எதிர்பாராத வெற்றியும், அதனால் கணிசமான பணவரவும் கிட்டும். விவசாயிகள் பணப் பயிர்கள் மூலம் அமோகமான நற்பலன் பெறுவர். வியாபாரிகள் அபிவிருத்திப் பணிகளில் ஈடுபடுவர். கலைஞர்கள் இசை, ஒப்பனை, நடனம், கேமரா போன்ற பிரிவுகளில் மிகுந்த புகழ் பெறுவர். 2.2.2008 பின்னிரவு முதல் 5.2.2008 நண்பகல் வரையில் சந்திராஷ்டமம். கவனமுடன் செயல்படவும். அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 5, 6, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் ரோஸ் மற்றும் வெளிர் நிறங்கள்.

பரிகாரம் : பிரதி வெள்ளிக்கிழமை மகாலட்சுமியை மனமுருக வழிபடவும். மனக்கவலை தீரவில்லையே என நினைப்பவர்கள், செவ்வாயில் 3-4½ ராகு காலத்தில் துர்க்கைக்கு தீபம் ஏற்றவும்.



ரிஷபம்



(மிருகசீரிஷம் 3, 4ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 ஆம் பாதங்கள்)

மிதுனராசி நேயர்களே! உமது புத்திக்கூர்மையினாலும் நிர்வாக ஆற்றலினாலும் உயர்நிலை அடைவீர்கள். உமது செல்வாக்கு கூடும். கணவன் - மனைவி இடையில் ஒருவருக்கொருவர் பரஸ்பரம் புரிந்துகொண்டு குடும்ப வாழ்வில் இன்பம் காண்பீர்கள். தீராத கடன் தீரும். விரோதிகள் விலகி ஓடுவர். சிலர் வெளிநாடு செல்ல வாய்ப்பு கிட்டும். புதிய நண்பர்கள் கிடைப்பர். சரளமான பணப்புழக்கம் உண்டாகும். வர வேண்டிய பாக்கிகள் வசூல் ஆகும். புதிய தொழில் முயற்சி எதுவானாலும் வெற்றிதரும். மாணவர்கள் பாராட்டு பெறுவர். பெண்கள் மிகவும் மகிழ்ச்சியில் திளைப்பர். திருமணத் தடைகள் அகலும். கருவுற்ற தாய்மார்கள் மிகவும் கவனமுடனிருப்பது நலம். உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு பணிச்சுமை அதிகரிக்கும். அரசு உதவி (அ) மான்யம் கிடைக்கும். 5.2.2008 நண்பகல் முதல் 7.2.2008 முன்னிரவு வரை சந்திராஷ்டமம்.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 1, 5, 6, 8. அதிர்ஷ்ட நிறம் பச்சை.

பரிகாரம் : தினசரி சூரிய நமஸ்காரம் செய்க. காயத்ரி ஜெபம் காரிய சித்தியைத் துரிதமாக நல்கும். பிரதி புதன், மகாவிஷ்ணுவை துளசி மாலை சாற்றி அர்ச்சனை செய்யவும்.

(புனர்பூசம் 4ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்)

கடக ராசி நேயர்களே! சமூகத்தில் உமது அந்தஸ்து உயரும். பெயரும் புகழும் சேரும். சரளமான பணப்புழக்கம் உண்டாகும். பூர்விகச் சொத்தில் வில்லங்கம் தீரும். வீடு, மனை, வாகனம் வாங்குவீர்கள். குடும்பத்தில் அவ்வப்போது தலைதூக்கும் சிறு சிறு வாக்குவாதங்கள் முடிவுக்கு வரும். நீர்நிலைகளில் எச்சரிக்கையுடன் இறங்கவும். காதல், கல்யாணத்தில் முடியும். மாணவர்கள் கூடிப் படித்தல் மூலம் கணிசமான அனுகூலம் பெறலாம். மருத்துவம், கணினி, ஆய்வுக் கல்வி ஈடுபடுபவர்கள் மிக்க அனுகூலம் பெறுவர். பெண்கள் விரும்பியதைப் பெறலாம். சந்தோஷமே சாம்ராஜ்யமே என மகிழ இடமுண்டு. மாமனார்-மாமியார் ஆதரவு பெருகும். உத்யோகஸ்தர்களுக்கு மேல் முறையீட்டில் வெற்றிகிட்டும். ரியல் எஸ்டேட், சூப்பர் மார்க்கெட், ஷேர்ஸ், மேன்பவர் போன்றவர்கள் கணிசமான லாபம் பெறலாம். 7.2.2008 முன்னிரவு முதல் 9.2.2008 நள்ளிரவு வரை சந்திராஷ்டமம்.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 6, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் இளம் பச்சை.

பரிகாரம் : பிரதி திங்கள் சிவாலயம் சென்று வழிபடவும். தினசரி அபிராமி அந்தாதி இயன்ற அளவு படிக்கவும். அல்லது தேவி மகாத்மியம் படிக்கலாம்.





(மகம், பூரம், உத்திரம் 1ஆம் பாதம்)

சிம்ம ராசி நேயர்களே! நீண்ட கால கனவுகள் நனவாகும். புதிய நண்பர்களின் சேர்க்கை அனுகூலம் அளிக்கும். புதிய முயற்சிகளில் கைமேல் பலனுண்டு. வழக்குகள் முடிவுக்கு வரும். வங்கி (அ) தொழில் அபிவிருத்தி நிதி நிறுவனம் மூலம் உதவிகள் கிட்டும். காதல் திருமணம் இனிதே நடக்கும். மனைவியின் உடல்நலனில் பிரத்யேக கவனம் தேவை. உமது மகன் (அ) மகள் காதல் திருமணத்துக்கு பச்சைக் கொடி காட்டுவீர்கள். மாணவர்கள் கடுமையான உழைப்பினால் பழைய அரியர்ஸை முடிக்க வாய்ப்பு உள்ளது. உத்யோகப்பிரிவினர், தடைப்பட்டு வந்த பதவி உயர்வும் சாதகமான இடமாற்றமும் பெறுவர். விவசாயிகளின் பராமரிப்புச் செலவு கூடுதல் பணப் பயிர்கள், பழத்தோட்டம், பூந்தோட்டம் போன்றவை தக்க லாபம் தரும். ரியல் எஸ்டேட், சேம்பர், ஜவுளி, சூப்பர் மார்க்கெட் போன்ற பிரிவினர் மிக்க அனுகூலம் பெறுவர். 9.2.2008 நள்ளிரவு முதல் 12.2.2008 அதிகாலை வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 5, 6, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் சிவப்பு.

பரிகாரம் : பிரதோஷ காலத்தில் சிவாலய தரிசனம் செய்க. பிரதி ஞாயிறு மாலை 4½-6 மணிக்கு சிவாலயம் சென்று தீபம் ஏற்றவும். சிவபுராணம் படிக்கவும்.

(உத்திரம் 2, 3, 4ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்)

கன்னிராசி நேயர்களே! புதிய தொழில் வாய்ப்புகள் தேடி வரும். எதிர்பாராத தனலாபம் கிட்டும். பிரயாணம் மூலம் தொழில் தனம் பெறுவோர் மேன்மை அடைவர். சிலர் வெளிநாடு செல்வர். கடன் தீரும். புனிதஸ்தல யாத்திரை செல்லலாம். ஏற்றுமதி, இறக்குமதி செய்வோர் ஏற்றம் பெறுவர். தூரதேசத்திலிருந்து நற்செய்திகள் வரும். வெளிநாட்டில் வசிப்போர் தாயகம் வந்து செல்ல வாய்ப்பு கிட்டும். கணவனது விருப்பத்தை மனைவியும் மனைவியின் விருப்பத்தை கணவனும் பரஸ்பரமாகப் புரிந்துகொண்டு நடப்பீர்கள். விரும் பிய இடத்துக்குச் சுற்றுலா சென்றுவர வாய்ப்புள்ளது. மாணவர்கள் படிப்பில் உயர்நிலை அடைவர். எனினும், கடின உழைப்பினால் பெயரும் புகழும் பெறலாம். உத்யோகஸ்தர்கள் விரும்பிய இடமாற்றம் பெறுவர். சிலர் அதற்கான ஆறுதல் பெறுவர். வியாபாரிகள் தமது வியாபாரத்தை விரிவுபடுத்துவர். 12.2.2008 அதிகாலை முதல் 14.2.2008 காலை வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 4, 6, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் பச்சை.

பரிகாரம் : மகாவிஷ்ணுவை வழிபடவும். விஷ்ணு சகஸ்ரநாமம் இயன்ற அளவு பாராயணம் செய்வது நலம்.





(சித்திரை 3, 4 ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 ஆம் பாதங்கள்)

துலாம் ராசி நேயர்களே! உமது எண்ணம் ஈடேறும். சிலரது காதல் கல்யாணத்தில் முடியும். திருமணம் முடிந்த உடனே சிலர் வெளிநாடு செல்ல நேரும். பாதியில் நிற்கும் வீடு கட்டும் பணி துரிதமடையும். யாருக்கும் ஜாமீன் கையெழுத்துப் போட வேண்டாம். பிரயாணத்தின்போது உமது உடைமைகளில் கவனம் தேவை. புத்திரபாக்யம் கிட்டும். குடும்பத்தில் வீண் வாக்குவாதம் தவிர்க்கவும். கருவுற்ற தாய்மார்கள் உடல்நலப் பராமரிப்பில் கூடுதல் கவனம் தேவை. மாணவர்கள் எண்ணியதை எண்ணியபடியே அடைவர். சிலர் வெளிநாடு சென்று படிக்கவும் இடமுண்டு. உத்யோகப் பிரிவினர் பதவி உயர்வுக்குத் தேவையான தகுதியைத் தேர்வு மூலம் பெறுவர். வியாபாரிகளுக்கு வங்கிகள் மூலம் பணப் புழக்கம் தடையின்றிப் பெறுவர். 14.2.2008 காலை முதல் 16.2.2008 காலை வரை சந்திராஷ்டமம்.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 6, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் : ரோஸ்.

பரிகாரம் : மகாலட்சுமியை பிரதி வெள்ளிக்கிழமை வழிபடவும். இயலாதவர்கள் பிரதி வெள்ளிக்கிழமை 5½-6½ வீட்டில் பூஜை அறையில் விளக்கு ஏற்றி வழிபடவும். மகாலக்ஷ்மி அஷ்டகம் பாராயணம் செய்க.

(விசாகம் 4ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை)

விருச்சிக ராசி நேயர்களே! புத்திர பாக்யத் தடைகள் விலகும். செய் தொழில் எதுவானாலும் அதில் குறிப்பிடத்தக்க முன்னேற்றம் கிட்டும். வாக்குவன்மையினால் ஜீவனம் புரிபவர்கள் மிகுந்த அனுகூலம் அடைவர். குடும்பத்தில் சுபகாரியங்கள் நடக்கும். விருந்து விசேஷம் என எப்போதும் வீடு கலகலப்பாக இருக்கும். உமது மகன் (அ) மகள் வெளிநாடு செல்ல வாய்ப்பு கிட்டும். பழைய வீட்டைப் புதுப்பிக்கவும் புதிய வீடு வாங்கவும் வாய்ப்புண்டு. தாயாரின் உடல்நலனில் கவனம் தேவை. குடும்பத்தில் வீண் வாக்குவாதம் தவிர்க்கவும். மாணவர்கள் எவ்வளவு படித்தாலும் ஞாபகமறதி வந்து வாட்டும். விடாமுயற்சியினாலும் ஹயக்ரீவரை வழிபடுவதன் மூலமும் அதனைச் சமாளித்து விடலாம். கலைஞர்கள் தாம் சார்ந்த துறையில் பெயரும் புகழும் பெறுவர். சிலர் பிரத்யேக திறமைக்குப் பரிசும் பாராட்டும் பெறுவர். 16.2.2008 காலை முதல் 18.2.2008 மதியம் வரை சந்திராஷ்டமம். எச்சரிக்கை இருக்கட்டும்.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 4, 6, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் சிவப்பு.

பரிகாரம் : பிரதி செவ்வாய், கருமாரியம்மனை வழிபடவும். மங்களச் சண்டிகை ஸ்லோகம் சொல்வதால் மகிழ்ச்சிகூடும்.



தனுசு



(மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 ஆம் பாதம்)

தனுசு ராசி நேயர்களே! புதிய ஒப்பந்தம் உருவாகும். எதிர்பாராத பக்கபலமும், பண உதவியும் கிட்டும். சிலருக்கு அரசு, வங்கி மற்றும் நிதி நிறுவனம் மூலம் உதவிகள் கிடைக்கும். மகன் (அ) மகள் திருமணம் கூடும். தந்தையின் உடல் நலனில் கூடுதல் கவனம் தேவை. இரும்பு எண்ணெய், எரிபொருள் மருந்து போன்றவற்றில் முதலீடு செய்யலாம். வீடு, மனை என வாங்க மற்றும் அபிவிருத்திப் பணியில் ஈடுபட முடியும். மாணவர்கள் கடின உழைப்பினால் பெயரும், புகழும் பெறுவர். உத்யோகஸ்தர்கள் பதவி உயர்வு கோரி செய்த மேல்முறையீட்டில் வெற்றி கிட்டும். வியாபாரிகள் புதிய வியாபாரத்தில் கால் பதிக்க வாய்ப்புண்டு. அரசு உதவி (அ) மான்யம் கிட்டும். கலைஞர்கள் தாம் பார்க்கும் துறையில் கடின உழைப்பினால் பெயரும், புகழும் பெறுவர். 18.2.2008 மதியம் முதல் 20.2.2008 மாலை வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3, 4, 6, 8, 9 அதிர்ஷ்ட நிறம் பொன்னிறம்.

பரிகாரம் : பிரதி வியாழன் தட்சிணா மூர்த்தியை நெய் தீபம் ஏற்றி வழிபடவும். ''குருவருளிருக்க குறையொன்றுமில்லை'' என்ற எண்ணத்தை வளர்த்துக் கொள்வது நலம்.

(உத்திராடம் 2, 3, 4ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2ஆம் பாதங்கள்)

மகர ராசி நேயர்களே! நினைச்சது நினைச்சபடி நடக்கும். உமது செயல் முறைகளை ஒழுங்குபடுத்தினால் ஒப்பற்ற பலன் கூடும். புதிய வீட்டில் குடியேறலாம். வீடு கட்ட வாங்கிய கடன் தீரும். இளைய சகோதரி வழியிலான ஒற்றுமை மேலோங்கும். குல தெய்வத்துக்கு நேர்ந்து கொண்ட பிரார்த்தனையை செலுத்துவீர்கள். மாணவர்கள் உயர்கல்விக்காக வெளியூர் (அ) வெளிநாடு செல்லத் திட்டமிடுவீர்கள். உத்தி யோகஸ்தர்களுக்கு, பதவி உயர்வு, வேலைப்பளு, பொறுப்பைத் தட்டிக் கழிக்க முடியாமை, உயர் அதிகாரிகளின் அன்புத் தொல்லை என திக்குமுக்காடுவதற்கு இடமுண்டு. விவசாயிகள் புதிய நில புலன் வாங்குவர். பழைய நிலம் சீர்திருத்தம் செய்வர். நிலவள வங்கிகளில் கடன் கிடைக்கும். கலைஞர்கள் எதிர்பாராத பெயரும் புகழும் பெறுவர். 20.2.2008 மாலை முதல் 22.2.2008 நள்ளிரவு வரை சந்திராஷ்டமம். கொடுக்கல், வாங்கலில் தனிக்கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 6, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் நீலம்.

பரிகாரம் : பிரதி சனிக்கிழமை சனி பகவானுக்கு எள் தீபம் ஏற்றி வழிபடவும். உடல்குறையுள்ளவர்களுக்கு உமது ஜென்ம நட்சத்திரத்தன்று (அ) உமது பிறந்த நாளில் அன்னதானம் செய்க. தர்மம் தலைகாக்கும்.



மகரம்



(அவிட்டம் 3, 4ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3ஆம் பாதங்கள்)

கும்பராசி நேயர்களே! வீடு, மனை என திட்டமிட்டால் கைமேல் பலன் தரும். வீடு கட்டுபவர்கள் விரைந்து முடிக்கவும் புதுமனை புகுவிழா செய்யவும் வாய்ப்பு உள்ளது. வாக்கினால் தொழில்புரிபவர்கள் மிகுந்த நன்மை அடைவர். எனினும் யாருக்கும் ஜாமீன் கையெழுத்துப் போட வேண்டாம். பணம் கையாளும்போது கவனம் தேவை. மருத்துவம், தகவல் தொடர்பு, நிர்வாக மேலாண்மை, கணினி போன்ற துறையில் பயில்வோர் மிகுந்த அனுகூலம் பெறுவர். உத்தியோகஸ்தர்கள் பதவி உயர்வும் அதனால் கணிசமான பணப் பயனும் பெறுவர். வியாபாரிகள் எதிலும் நேரடி கவனம் செலுத்தி, அரசுக்குச் செலுத்த வேண்டிய வரி பாக்கிகளை, தவணைகளை உரிய தருணத்தில் செலுத்தி விடுவது நலம். விவசாயிகள் பயிர் பாதுகாப்பில் கூடுதல் கவனம் செலுத்தவும். 22.2.2008 நள்ளிரவு முதல் 25.2.2008 முற்பகல் வரை சந்திராஷ்டமம்.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 6, 8, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் சாம்பல் நிறம்.

பரிகாரம் : பிரதி சனிக்கிழமை சனிபகவானுக்கு தீபம் ஏற்றவும். உமது ஜென்ம நட்சத்திர தினத்தில் ஐயப்பனை வழிபடவும்.

(பூரட்டாதி 4-ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி)

மீனராசி நேயர்களே! கடன் தீரும். இறையருள் கூடும். தூரதேசத்திலிருந்து நற்செய்தி வரும். சிலர் வெளிநாடு செல்லவும் நேரும். தீராத வியாதிகள் தீரும். வழக்கில் வெற்றி கிட்டும். கோயில் திருப்பணிகளில் பங்குபெற நேரிடும். தோட்டம், எஸ்டேட், வீடு, மனை என வாங்க இடமுண்டு. பழைய பாக்கிகள் வசூலாகும். பெண்கள் சகோதர வழி உதவிகளைத் தடையின்றிப் பெறுவர். மாணவர்கள் கல்வியில் தேர்ச்சியும், கலைகளில் நாட்டமும் பெறுவர். உத்தியோகப் பிரிவினர் எதிர்பாராத இடமாறுதல் பெறுவர். சிலருக்கு அதுவே பதவி உயர்வாகவும் அமையும். வியாபாரிகள் அபிவிருத்திப் பணிகளில் ஈடுபடுவர். வரிபாக்கிகளைச் சரிவரச் செலுத்திவிடுவது நலம். விவசாயிகள் அரசு உதவி மான்யம் பெற இடமுண்டு. ஒப்பனை, இயக்கம், நடனம், கேமரா, அரங்க அமைப்பு, ஸ்டண்ட் போன்ற பிரிவுகளில் அதிகப் பெயரும் புகழும் பெறுவர்.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3, 5, 6, 8, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் பொன்னிறம்.

பரிகாரம் :

பிரதி வியாழன் தட்சிணாமூர்த்திக்கு நெய் தீபம் ஏற்றி, மஞ்சள் நிற மலர்களால் அர்ச்சிக்கவும். தக்ஷிணாமூர்த்தி அஷ்டகம் பாராயணம் செய்க.





தவிர்க்க முடியாத பயணம்!

எழுபது வயதிற்கு மேற்பட்ட அனைவருக்கும் ஒரு கவலை உண்டு. தங்களுடைய இறுதிப் பயணத்தைப் பற்றிய கவலைதான் அது! இறக்கப் போகிறோம் என்பதைவிட, இறப்பு எப்படி வரும் என்பதுதான் பெரும் கவலையாக இருக்கும்!

பெரும்பாலோர் நல்ல மரணமாகக் கருதுவது நோய் நொடியின்றி, வலியின்றி, கண்ணீரின்றி உயிர் பிரிவது. இறப்பவருக் கும் உடன் இருப்பவருக்கும் தெரியாது நடப்பதுதான் நல்ல மரணம்.



காஞ்சிப் பெரியவர் போன்றவர்கள் இறக்கப் போவதை முன் கூட்டியே தெரிந்து கொண்டு விட்ட தாகச் சொல்கிறார்கள். அவரது கடைசி நாளன்று காஞ்சி மடத்தில் மாலையில் அனைவரையும் அழைத்து ''சீக்கிரம் உணவு அருந்தி விடுங்கள்'' என்று பணித்ததாகவும் அதன் பின்னரே அமைதியாக அவர் அமரர் ஆனதாகவும் சொல்வார்கள்.

குரு ராகவேந்திர ஸ்வாமிகள், மந்திராலயத்தில் தன்னைச் சுற்றி செங்கல் சமாதி அமைத்து ஜீவசமாதி அடைந்தார். இராமலிங்க அடிகளார் வடலூரில் அறையின் கதவை மூடிக் கொண்டு இயற்கையுடன் இரண்டறக் கலந்ததாகக் கேட்டிருக்கிறோம்.

கிருபானந்த வாரியார் ஸ்வாமிகள் இந்தியா வருவதற்கு இலண்டனில் விமானமேறினார். ஆனால் சென்னை வந்த போது அவரது பூத உடலே இறக்கப்பட்டது. அவர் எப்போது இறந்தார் எங்கே இறந்தார் எப்படி இறந்தார் என்பதெல்லாம் முருகனருள்.

வாழ்ந்து முடித்தாச்சா?

பதினாறு பேறும் பெற்று வாழ்ந்தாலும் நன்றாகவே இறந்தும் போனார் என்ற பேறு ஒரு முக்கியமான 17ஆவது பேறு என்று கூடக் கொள்ளலாம்.

வாழ்ந்து மடிவது வேறு. வாழ்ந்து முடிப்பது வேறு. If all the world is a stage, let there be a gracious exit also.

யோசித்துப் பார்த்தால் நிம்மதியாக இறப்பதற்கு சில முக்கியத் தேவைகள் உள்ளன.

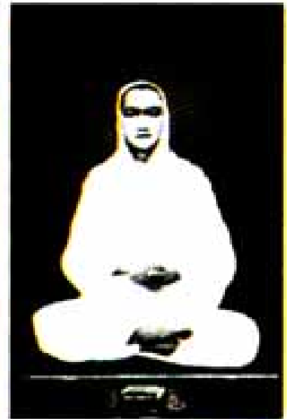
முழுவதுமாக வாழ்வது என்பதற்கு படிப்பது, பணம் சம்பாதிப்பது, குழந்தைகளை ஆளாக்குவது, மணமுடிப்பது,

பெற்றோரைப் பாதுகாப்பது என்பதெல்லாம் அடிப்படைக் கடமைகள். வீடு கட்டுவது, மனைவிக்கும் தன்னைச் சார்ந்தோர்க்கும் வருமானத்திற்கு வழி ஏற்படுத்துவது எல்லாம் அடுத்த கடமைகள்.

பேரன் பேத்தியைக் கொஞ்சியாச்சா? பிடித்தமானவர்களுடன் பேசியாச்சா? நல்ல கதை, கச்சேரிகள் கேட்டாச்சா? இதெல்லாம் அதற்கு அடுத்தபடிதான். வேலை செய்து அலுவலகத்தை விட்டு ஓய்வுபெறுவதற்குத் தயாராவதே மனதுக்குக் கஷ்டமாக இருக்கும் பொழுது இவ்வுலகையேவிட்டு நீங்குவதற்குத் தயாராவது எப்படி?







முன்னேற்பாடுகள்

உயில் எழுதவேண்டுமா? சொத்து விவரங்களையும் கடன் பாக்கிகளையும் மட்டுமின்றி நீங்கள் இறந்தால் கிடைக்கவேண்டிய ஆயுள் பாதுகாப்பு, பிஎஃப், கிராசுட்டி போன்றவற்றைப் பட்டியலிட்டு பத்திரப்படுத்தி வையுங்கள். எங்கெங்கு முடியுமோ அங்கங்கே வாரிசுகளுக்குத் தனித்தனியே நாமினேட் செய்யுங்கள். இது பணத்தை அவர்கள் பெற்றுக் கொள்வதை எளிதாக்கும். நம்பகமான வக்கிலைப் பார்த்து விடுங்கள்.

மரணம் எவ்வளவு தள்ளிப் போகுமென்பது தெரியாது ஆகையால் 50 வயதிற்கு மேற்பட்ட அனைவரும் - குறிப்பாக நோயுள்ளவர்கள் முன்னதாகவும் இதனைச் செய்யலாம். ஆனால் ஐந்து ஆண்டுகளுக்கு ஒருமுறை இவற்றைச் சரிபார்த்து புதுப்பிப்பது நல்லது. நெருக்கமான உறவுக்காரர்களிடம் (மகன், மகள், மனைவி) ஈமக்கிரியைகள் எப்படிச் செய்ய வேண்டும் என்று சொல்லியும் வைத்துவிடுங்கள்.

காசி, ராமேஸ்வரம் போனீங்களா? (மற்ற மதங்களிலும் இது போன்ற பயணங்கள் உண்டே) பார்க்க ஆசைப்பட்ட மற்ற கோயில்களைப் பார்த்தாச்சா? முடியாத வழக்குகளைத் தீர்த்தாச்சா? முடிந்த அளவுக்கு உங்க ஆசைகளை நிறைவேற்றிக் கொள்ளுங்க.

இதையெல்லாம் முடிக்காமல் ஒருவர் உயிர்நீத்தால், இறந்த அவரைவிட அவருடைய உற்றார்களுக்கு அந்த ஆதங்கம் பாடாய்ப்

ரூ.150 பரிசு பெறும் போட்டிக் கதை



ஆசை!

''நம்ப அப்பா மட்டும் ஏன்மா வெளிநாட்டுல வேலைப் பார்க்கலை? ரவிகேட்டான்.

''ஏன்டா கண்ணு கேட்குற?''-

''என்கூட படிக்கிற ஃபிரண்ட்ஸோட அப்பாலாம் ஃபாரின்ல வேலை பார்க்கறாங்க. அவங்க அப்பால்லாம் ஃபாரின்லேந்து நிறைய சாக்லேட்ஸ், சூப்பரான டாய்ஸ், வீடியோ கேம்ஸ்லாம் அனுப்பறாங்களாம். நம்ப அப்பாவும் ஃபாரின்ல வேலைப் பார்த்தா எனக்கும் வாங்கி அனுப்புவார்ல, அதான் கேட்டேன்.''

''நம்ம அப்பாவும் வாங்கி அனுப்புவார்! ஆனால், அப்பா ஃபாரின்ல வேலைப் பார்த்தா. நீ தினமும் ஸ்கூலுக்கு அப்பாவோட பைக்ல போக முடியாது. சாயங்காலம் அப்பாவோட விளையாட முடியாது. வாராவாரம் நாம சேர்ந்து பீச் போக முடியாது. இராத்திரி அப்பா மேல படுத்து தூங்க முடியாது. இதெல்லாம் வேண்டாம்னா, அப்பாவையும் ஃபாரின்ல போய் வேலைப் பார்க்க சொல்றேன்... என்ன?''

''வேண்டாம்மா! அப்பா நம்மகூடவே இருக்கட்டும்'' என்று அம்மாவின் மேலே சாய்ந்தான் ரவி.

- ஸ்ரீ, குத்தாலம்.

படுத்தும்.

தான தர்மத்தை மறக்காதீர்கள்:

உங்கள் பெயர் உங்களுக்குப்பின் நிலைக்க ஏதாவது செய்யுங்கள். பணமிருந்தால் அறக்கட்டளை ஏற்படுத்துங்கள். பெருமளவு பணம் இல்லை என்றாலும் சிறுசிறு தருமங்கள் சிரமமில்லை. மருத்துவத்துக்கும் ஏழை மாணவ, மாணவிகளுக்கும் உதவலாம். உங்கள் குலதெய்வத்தை, சொந்த ஊரை மறக்காதீர்கள். அன்னதானம், வேத பாடசாலை, நந்தவனம், குளம் பராமரிப்பு, தண்ணீர் பந்தல் என எவ்வளவோ இருக்கே!

மனதும் தயாராக வேண்டும்

நன்றாக வாழ்ந்தோம். கடமைகளைச் செய்து முடித்தோம். இனி வேண்டுவது அவனடி சேர்வதே என்றும் சிலர் தயாராகி விடு கிறார்கள். ஆனால் அது மட்டும் போதாது.

ஒருவரது உடல் கடைசி நாள் வரை, ஏன், கடைசி மூச்சு வரை நன்றாக இருப்பது அவசியமல்லவா? 65 வயதில் இறப்போம் என்று எண்ணுபவர், 90 வயது வரை கூட வாழலாமே. அதனால் தினமும் உடலை நல்ல நிலைமையில் வைத்துக் கொள்ளவும். அதேபோல்தான் மனமும். கடைசி வரை ஏதாவது ஒரு வேலையில், சுறுசுறுப்பாக ஈடுபடுத்திக் கொண்டால் வாழும் நாட்கள் பாரமாக இருக்காது.

கண் தானம், உடல் தானம் :

கண் தானம், உடல் தானம் கொடுப்பதற்குப் பெரும்பணம் தேவையில்லை. நல்ல மனம் இருந்தால் போதும். அதற்கான சட்டபூர்வமான விஷயங்களைச் செய்து முடித்து, கோவரைக்காகளிடமும் அதுபற்றி விவரம் சொல்லி வையுங்கள்.

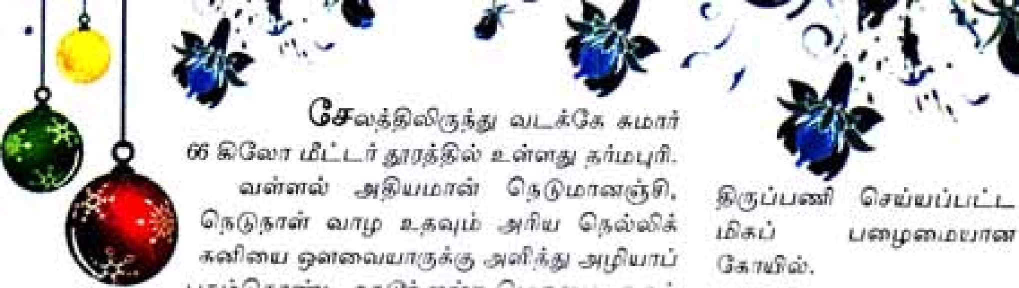
நீடூழி வாழுங்கள்:

இறப்பு என்பது எவ்வளவு நிச்சய மானதோ அதே அளவு இறப்பு எப்போது என்பது நிச்சயமற்றது. யாரும் அறியாதது! அதனால் தக்க முன்னேற்பாடுகளுடன் இருந்தால் மரணம் கூட சுகமாகும்!

- எஸ்.எம்.வீரப்பன்,
தேவக்கோட்டை

என்றும் உங்களுடன்
ங்கையர் மலர்
திருமண மலர்
ிப்ரவரி 2008





சேலத்திலிருந்து வடக்கே சுமார் 66 கிலோ மீட்டர் தூரத்தில் உள்ளது தர்மபுரி. வள்ளல் அதியமான் நெடுமானஞ்சி, நெடுநாள் வாழ உதவும் அரிய நெல்லிக் கனியை ஔவையாருக்கு அளித்து அழியாப் புகழ்கொண்ட தகடூர் என்ற பெருமை; கரும்பின் இனிப்பு, வெல்லம் செய்வது போன்ற தன்மைகளை வெளிஉலகுக்குக் தந்த பெருமை, நெடுந்தொலைவு நடப்பவர்களுக்கு பாதை அமைத்து, சுமைதாங்கிக்



* கருவறை விமானம்

தர்மபுரியின் கல்யாண காமாக்ஷி

கற்களும், எத்தனை கல், எத்தனை தொலைவு எனக் கணக்கிட்டு, அதியமான் பெருவழிப்பாதை என்று பெயரிட்டு முதல் சாலை அமைத்த பெருமை, இவை எல்லாவற்றுக்கும் மேல் ஸ்ரீ கிருஷ்ணரின் ஆக்ஞைப்படி தர்மபுத்திரர், வந்து தவம் செய்ததால், 'தர்மபுரி' என்று பெயர் வந்த பெருமை என, செவிவழிச் செய்திகள் கூறுகின்றன.

இவ்வளவு பெருமைகள் வாய்ந்த தர்மபுரியில் அமைந்துள்ளதுதான் ''கல்யாண காமாக்ஷி உடனுறை ஸ்ரீ மல்லிகார்ஜுனேஸ்வர ஸ்வாமி'' திருக்கோயில். காளஹஸ்தியிலிருந்து வந்த ஒரு சித்தர் வாக்குப்படி, சேரமான் பெருமான் குலோத்துங்க சோழராஜனால் திருப்பணி செய்யப்பட்ட மிகப் பழமையான கோயில்.

ஆதியில், ஐந்து பிராகாரங்களுடன் இருந்ததாகச் சொல்லப்படும் இந்த ஆலயம், தற்பொழுது ஒரே ஒரு பிராகாரத்துடனும், வரிசையாக அமைந்த மூன்று பிரதான சன்னிதிகளுடனும், ''கோட்டை கோயில்'' என்ற சிறப்புப் பெயருடன் விளங்குகிறது.



* பதினெட்டு படிகள்

கோயிலுக்குள் வரிசையாக அமைந்துள்ள மூன்று சன்னிதிகளில் நடுநாயகமாக விளங்குவது காமாக்ஷி அம்மாள் சன்னிதி. அந்த சன்னிதிக்கு ஒருபுறம் ஒரு தள விமானத்துடன்கூடிய சித்தலிங்கேஸ்வரர் சன்னிதி. இவருக்கு காடு வெட்டிச் சித்தர், சோமநாதர் என்ற திருநாமங்களும் உண்டு. அம்பாள் சன்னிதிக்கு மற்றொருபுறம் அமைந்துள்ளது மல்லிகார்ஜுனவர் என்று அழைக்கப்படும் திருவேளாலீஸ்வரர் சன்னிதி. ஸ்வயம்புலிங்கமான மல்லிகார்ஜுனேஸ்வரரை, ஔவையார், சுந்தரமூர்த்தி நாயனார் ஆகியோர் பாடியுள்ளனர். ஸ்ரீ சுந்தரரால், நடுநாட்டு வைப்புத்தலமாக பாடல் பெற்றது இந்தக் கோயில். அகத்தியர் நவரத்ன மணிமாலை எனும் லலிதாம்பிகை துதியை பாடிப் பணிந்த திருத்தலம்.

சித்தேஸ்வரர் சன்னிதிக்கும், மல்லிகார்ஜுன ஸ்வாமி சன்னிதிக்கும் நடுவே, சுமார் 50 அடிக்கும் மேலாக உயர்ந்து, ஸ்ரீசக்ர மேடை மேல் மூன்று தள விமானத்துடன் காட்சி அளிக்கிறது கல்யாணக் காமாக்ஷி சன்னிதி.

நீண்ட சதுர வடிவில் அமைந்துள்ள சன்னிதியின் கீழ்ப்பகுதியில் உத்திர ராமாயணக் கதைகள் சிற்ப வடிவில் செதுக்கப்பட்டுள்ளன. ஸ்ரீராமர் அகஸ்தியரின் ஆலோசனைப்படி இங்கு வந்ததாகவும், சித்திரை மாதம் வரும் வஸந்த நவராத்திரி உத்ஸவத்தை அவர்தான் ஆரம்பித்து வைத்ததாகவும் கூறப்படுகிறது.

கருவறையின் கீழ்ப்பகுதியை 18 குட்டி யானைச் சிலைகள் தாங்கிநிற்க, அம்பாளைத் தரிசிக்க 18 படிகள் ஏறிச் செல்ல வேண்டும். சபரிமலையில் உள்ள 18 படிகள் எப்படி ஆண்களுக்காகவோ, அதே போல் இங்குள்ள 18 படிகளும் பெண்களுக்காகவே அமைக்கப் பட்டவையாகும். இந்தப்





✱ அம்பாளை பெண்களே எழுந்தருளப் பண்ணும் காட்சி



மணப்பந்தல் பிரதட்சணம் ஏன்?

மணமக்கள் மணப்பந்தலை மும்முறை வலம் வருகின்றனரே... ஏன் தெரியுமா?

மணப்பந்தலில் வைக்கப்படக்கூடிய பொருட்கள் தெய்வ வடிவங்கள். மணப்பந்தலின் நான்கு கால்கள் நான்கு வேதங்களைக் குறிக்கின்றன. திருமணம் விநாயகர் சாட்சியாக, அக்னி சாட்சியாக நடைபெறுகிறது.

''மரங்களில் நான் அரசமரம்'' என்கிறான் கீதை தந்த கண்ணன். அரசமரத்தில் மும்மூர்த்திகளும் உறைவதால் அரசாணிக் கால் நடப்படுகிறது.

நவதானியம் குபேரனைக் குறிக்கிறது. மாப்பிள்ளைத்தோழன், மணமகளின் தோழி, புரோகிதர் ஆகியவர்களும் அஷ்டதிக் பாலகர்களில் மூவராகக் கருதப்படுகின்றார்கள். எனவே திருமணத்தில் மணமேடையை வலம் வரும்போது தெய்வங்களை, திருவிளக்கை, அக்னியை, இயற்கையை, அரசமரத்தை வலம் வந்த பலன் கிடைக்கும்.

- ப்ரவீணா அருண், பென்னாகரம்.

படிகளுக்குப் பெண்களே பூஜை செய்கின்றனர். அம்பாளை எழுந்தருளப் பண்ணுவதையும், அம்பாளுக்குக் குடை பிடிப்பதையும் பெண்களே செய்கிறார்கள் என்பவை குறிப்பிடத்தக்கவை.

பதினெட்டு படிகளும், பதினெட்டு வகையான குணங்களைக் குறிப்பதாகவும், பதினெட்டு படிகளில் ஏறுவதால், அந்தக் குணங்களையும் வென்று, பின் அம்பாளை அடைவதாகவும் ஐதிகம்.

சுமார் நான்கடி உயரமுள்ள அன்னை கல்யாண



காமாக்ஷி நின்ற திருக்கோலத்தில் காட்சி தருகிறாள். பின்னிருகரங்களில் பாசாங்குசமேந்தி, வாத, அபயஹஸ்தங்களுடன் நிறைய ஆபரணங்கள் அணிந்து, கருணையே வடிவாய் வரன் தேடி வருபவர்களுக்கு வரம் அருளுகிறாள்.

இக்கோயிலில், பிரதி மாதமும், தேய்பிறை பருவத்தில் வரும் அஷ்டமி தினத்தன்று திருமணப் பரிகார பூஜை செய்யப்படுகிறது. திருமணப் பிரார்த்தனை செய்து கொள்பவர்கள், தொடர்ந்து ஐந்து அஷ்டமி வழிபாட்டுக்கு வரவேண்டும். இப்படிச் செய்தால் கல்யாண காமாக்ஷியின் கருணையால், கல்யாணம் நடைபெறுகிறது'' என்று பெருமையாகக் குறிப்பிடுகிறார் கோயிலின் முதன்மை குருக்களான ஸ்ரீ செல்வ முத்து குமாரஸ்வாமி சிவாச்சாரியார்.

கோயில் நிர்வாகம் : 04342268640.

தொகுப்பு :
கோழியாலம் நந்தகுமார்

மங்கையர் மலரின்

திருமண மலர்

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டண விவரங்கள்

முதல் முப்பது வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 500/-

30க்கு மேற்பட்ட வார்த்தைகள் ஒவ்வொன்றுக்கும் தலா ரூ. 15/-

வண்ணத்தில் ஹைலைட் செய்ய கூடுதல் கட்டணம் ரூ. 100/-

1" X 1" அளவில் வண்ணப் புகைப்படத்துடன் 30 வார்த்தைகள் அடங்கிய விளம்பரத்துக்கு ரூ. 800/- (அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ 15/-)



வண்ணப் புகைப்படத்துடன் விவரங்கள் அடங்கிய அரை பக்க Profile விளம்பரம் ரூ. 2500/-



வண்ணப் புகைப்படம் அனுப்புபவர்கள், தெளிவான புகைப்படமாக, பாஸ்போர்ட் அளவில் இரண்டு பிரதிகள் அனுப்பவும். புகைப்படங்களை திருப்பி அனுப்ப இயலாது.

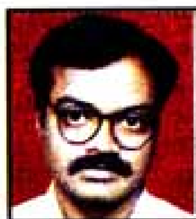
கட்டணத்தை நேரில் ரொக்கமாகவோ அல்லது சென்னை செக்காகவோ, வெளியூர் டிமாண்ட் டிராப்டாகவோ, மங்கையர் மலர் என்ற பெயரில் எடுத்து அனுப்பவும்.

விவரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்க:

மங்கையர் மலரின் திருமண மலர்

47-NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

மணமகள் தேவை



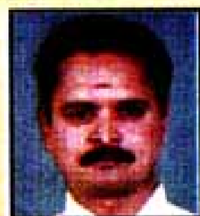
S. SURESH, M.Tech.,

Iyer, Vadamal, Athreya, Kettai, 40/178, M.Tech., Manager, TVS, Chennai, 22,000/- p.m., Legal Divorcee without Encumberance, seeks bride, Graduate, Iyer/Iyengar widow/Divorcee without encumberance employed/ unemployed Contact : (044) 23711253 Box No. 14391

N. HARIPRASAD, Astrologer

Brahmin, Kannada, Madhwa, Srivathsa Gothram, Aswini, Mesha Rasi, 41, 5.5, Professional Astrologer, doing in Own House in Chromepet, Chennai, Rs. 5,000/- p.m., seeks homely girl below 33 Phone : 044-22233772 Box No. 14397





ஆர். வீரராகவன், பி.பி.ஏ.

வடகலை ஐயங்கார், கௌசிகம், அவிட்டம், 35, பி.பி.ஏ., ரயில்வே துறை, வருமானம் 10,000/- சிவப்பு, நடுத்தரமான தோற்றம், படித்து பணிக்குச் செல்ல விருப்பமுள்ள பட்டதாரி மணமகள் தேவை. பிராமணர்களில் அனைத்துப் பிரிவுகளும் சம்மதம். எதிர்பார்ப்பு எதுவுமில்லை. செல் : 9445181122, ஃபோன் : 044-26170837 பெட்டி எண் : 14425

◆ Iyer, Vadama, Srivatsam, Rohini, 5.9', fair, 1963, M.Sc., M.Phil., MCA, B.Ed., PGDCA, Ph.D., Engineering College, Chennai, seeks unmarried graduate employed, good-looking bride. Ph : 044-2479 5166 Box No. 14355

◆ Iyer, Brahacharanam, Gauthama Gothram, Uttirattadhi, Meena Rasi, 32, 165 cm, B.A., D.M.E., Rs. 20,000/- p.m., Required Graduate girl (preferably employed) Phone : 04322-232312, 09865422797 Box No. 14356

◆ தென்கலை ஐயங்கார், பார்கவ, கிருத்திகை, 33, 154, பி.காம்., பெங்களூரில் கம்பெனியில் பணி, மாதச் சம்பளம் ரூ. 12,000/- பெங்களூரில் சொந்த வீடு வாடகை வருமானம் ரூ. 10,000/- வாங்கும் மணமகனுக்கு மணமகள் தேவை. ஃபோன் : 2480 2097 பெட்டி எண் : 14357

◆ Iyer, Vadamal, 1979, 5.11', Athreya, Chithirai-3, B.Sc., (Maths), Rs. 25,000/- p.m., Software Engr. Photon Infotech, Chennai, seeks suitable girl. Phone :22461188/Mob: 99405 84765 Box No. 14358

◆ **Bride wanted for Iyer, Vadama, Anusham, Haritha, 29 years, 178 cm from a well settled Business Family from Chennai Boy working in MNC, Bangalore. Contact : 98400 91283 (or) email: navamani@sify.com Box No. 14359**

◆ Iyer, Vadama, Garga, Sadayam, I-Pada, 27/184/43,000 p.m., B.B.M., seeks graduate homely girl. Contact : (0) 9444007810 or Box No. 14360

மங்கையர் மலரின் திருமண மலர் பகுதியில் ஜாதி, மத, இனப் பாகுபாடு இன்றி, சமுதாயத்தின் அனைத்துத் தரப்பினரின் விளம்பரங்களும் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. அவைகள் யாவும் மங்கையர் மலரின் கோட்பாடுகளுக்கு உட்பட்டு இப் பகுதியில் வெளியிடப்படும்.

◆ ஐயர், வடமாள், கர்க கோத்திரம், உத்திரம் 4ம் பாதம், 33, 5.10", B.Com., MFM, சென்னையில் அக்கவுண்டன்ட், ரூ. 11,000/- மாத வருமானம், சொந்த வீடு. பையனுக்கு +2/டிகிரி படித்த, வேலையில் உள்ள 30 வயது வரையிலான மணமகள் தேவை. 23660810. பெட்டி எண் : 14361

◆ Vadamal, Bharathwajam, Revathi, 36 years, 5.6ft., young looking, wheatish, B.E (ECE), PGDBA, I.T. Hardware Engineer, 18,000/- p.m. seeks Iyer girl. Contact : (044) 2815 0275 Box No. 14362

◆ Vanniya Kula Kshathriyar, Avittam, 30, Makaram, 5.7', (MBA) Own Business, Chennai seeks educated home loving girl from same subsect between 23 to 25 years. Contact : 9840969020, 0416-2260041 Box No. 14363

◆ Iyer, Smartha, 1970, Kasyaba, Poosam, 5.8', Weatish, Software Engineer, Bangalore, 7 LPA, Clean Habits, seeks Iyer, Iyengar girls of any subsects. Contact : 0422-2692456 or janamanasi@gmail.com Box No. 14364

◆ Iyer, Vadamal, Srivatsa, Ayilyam IV, 1977, 5.11', M.Sc., employed in Pvt. Firm, Chennai, Rs. 40,000/- p.m., seeks suitable bride. Phone : 044-65383847, Cell : 98403 54857 Box No. 14365

◆ ஐயங்கார் தென்கலை, பாரத்வாஜம், மூலம் 5.5', வயது 28, M.C.A., H.C.L.லில் சாஃப்ட்வேர் என்ஜினியர் ஒரே பையனுக்கு பட்டம் பெற்ற/சாஃப்ட்வேர் கம்பெனியில் வேலை பார்க்கும் மணப்பெண் தேவை. தொடர்பு : 94241 14979. பெட்டி எண் : 14366

◆ Iyer, Brahacharanam, Kousikam, Chithirai, 27 years, 6 ft., MCA, Software Engineer, Wipro, Chennai Boy, seeks suitable graduate girl preferably non working. Contact No. 0431/2351744 Box No. 14367

◆ ஐயர், வடமாள், கர்க்க திருவாதிரை, 34, உயரம் 180 செ.மீ., பி.காம்., எம்.சி.ஏ., சீனியர் கன்சல்டன்ட், Oracle Hyderabad 75,000/- மாத வருமானம் உள்ள வரனுக்கு நன்கு படித்த குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. தொடர்பு : 0422-2270225. பெட்டி எண் : 14368

◆ ஐயர், வடமாள், கர்க்க ஆயில்யம், 37, உயரம் 5.10", மாத வருமானம் 8000/- சொந்த வீடுள்ள பத்தாம் வகுப்பு வரை படித்த வரனுக்கு குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 14369

◆ Iyer, Vadamal, Maham, Bharathwajam, 30, 5.8', Software Professional working in USA handicapped Left Leg amputed in an Accident Artificial Leg Fixed. Independent. Girls with same type of disability accepted. Contact : 9444929387. Box No. 14370

◆ Iyer, Vadamal, Vadoolam, Kettai, 30/5.5. M.Com., Emmess Control Pvt. Ltd., Manager, Accounts, Salary Rs. 12,000/- p.m. seeks graduate employed girl. Contact : 25517574, 9840087499. Box No. 14371

◆ Sai Ram Palghat Iyer, Haritham, Astashastram, Revathi, very fair, Technically well qualified, 29/5.10', Network Engineer, CISCO Bangalore, Attractive Salary, well settled, seeks qualified, employed, slim, fair bride. Ph : 080-2570 2847, 9448993099. Box No. 14372

உ





அசத்தலான உயர்தர திருமண சமையலுக்கு

SARASWATHI
CATERING SERVICE

தலைமுறையினர் வாழ்த்தும் அளவுக்கு உங்கள் இல்லத்தில் திருமணம்
இருக்க வேண்டுமென்றால் சமையல், சாப்பாடு என்பது தான் மிகசிறந்தது!
திருமணத்திற்கு சமையல் என்று சொன்னால் நினைவுக்கு வருவது
பாரம்பரியம் சுவைமிக்க தென் இந்தியாவின் மிகச்சிறந்த
ஒரே ஒரு முன்னணி ஸ்தாபனம்





சரஸ்வதி கேட்டரிங்







வேத மந்திரம் ஒலிக்க...
வேள்வி அக்னிஜ்வலிக்க...
மணாளன் அடியொற்றி
மங்கையவள் வலம் வர...
அறிவும், ஆயுளும்
வளமாக ஆசி பெற்றனர்
இன்சுவை பரிமாறலோடு
புது வாழ்வில் பிரவேசித்தனர்

சரஸ்வதி கேட்டரிங்



கல்யாணமா எங்களை கூப்பிடுங்க
நீங்களே பிரமிச்சுபோவீங்க

SARASWATHI
CATERING SERVICE

Ellorukkum Favourite

Insuvai Vendan **G. Subramani Iyer**

No.65, (old no. 30), Subramanian St., West Mambalam, Chennai - 33.
Off: 24742433 / 23719535 Cell: 98400 54900 Tele Fax: 24742433
Branch off: Coimbatore Ph: (0422) 2343710
E- Mail: insuvaivendan@yahoo.com www.saraswathicateringservice.com

We undertake Marriage Catering all over India

◆ **Tamil Iyer, Brahacharanam, Koundinya, Avittam-2, 15.12.1977, 5.8', B.E. (CSE), SWE in Infosys, Bangalore seeks suitable educated employed bride, Subsect no bar. Phone : 044-2431 4040; 9444303141; 9444700472. Box No. 14373**

◆ Iyer, Vadamal, Athreyam, Mirukasirisham, 02.03.1974, ITI Draftsman, Rs. 80,000/- per month, employed in MNC at Dubai, seeks suitable bride, susbect no bar. Contact No. 04563-263699. Box No. 14374

◆ வடமா, ஐயர், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், கேட்டை, வயது 37, 5.3', பி.ஏ. தனியார் கம்பெனியில் வேலை ரூ. 7000/- மாத வருமானம், வேலைக்குச் செல்லும்/ செல்லத் தகுதியுள்ள படித்த பெண் தேவை. எந்தவித எதிர்பார்ப்பும் இல்லை. ☏போன் : 22580403, 9380204877, 9884796732 பெட்டி எண் : 14375

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், புனர்பூசம், 29/175 cms, B.Sc., MNC Pharma Company Coimbatore Rs. 20,000/- p.m., சென்னையில் சொந்த வீடுள்ள வரனுக்கு ஐயர் வகுப்பைச் சேர்ந்த பெண் தேவை. தொடர்பு : 0416-2245232 பெட்டி எண் : 14376

◆ **Iyer, Vadamal, Kausikam, Pooram, 1978/5.9', B.Com., ICWA (Inter), (CPA) (US) Rs. 12 Lakhs p.a. Chief Accountant, MNC, Dubai, Seeks suitable girl. Subsect no bar. Phone : 26371702. Box No. 14377**

◆ Iyer, Vadamal, Srivatsam, Ayilyam, Fair, 29/5.9', working ABN Amro, Sr. Executive seeks bride from decent family, good-looking, slim, healthy, age difference 3-6 years, working preferable. Phone : 044-24412466 Box No. 14378

◆ **Tamil Iyer, Brahacharanam, Srivatsam, Krithigai (Rishabam) 28/172, MS (USA) employed there. clean habits seeks girl upto 26 PG qualified Software/ Engineering/CA. Subsect no bar. Boy slightly handicapped in Railway Accident in 1995. Contact : 0251-2491399. Box No. 14381**

◆ Iyer, Brahacharanam, Athreya, Anusham, June 1982/173cm, only son, B.E., Software Engineer, MNC, Bangalore, 4.00 lacs per annum, seeks professionally qualified, good-looking employed bride. Contact : 080/ 23349350. Mob : 99860 18584 Box No.14382

◆ **Tamil Iyer, Astasahasram, Khasyapa, Anusham, 37, 5.8', M.A., (Economics), Housing Finance Consultant, LIC of India & LIC Housing Finance Ltd., Rs. 25,000/- p.m., seeks suitable bride. Contact : (044) 4357 9197. Box No. 14383**

◆ Iyer, Brahacharanam, Atherya, Chithirai, 3rd padam, 02.07.1971/164 cm, B.Sc., working in Pvt. Co., (Rs. 8500/- p.m.) at Coimbatore (slim/ looks younger), seeks suitable alliance. Subsect no bar. Contact : 9843133816/09312240271. Box No. 14384

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், பரணி, 1978/172 செ.மீ., **DME, BBA,** பெங்களூரில் உள்ள எம்.என்.சி.யில் பணி, **(Customer Service Engineer),** மாத வருமானம் 33,000 உள்ள வரனுக்கு குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 14385

◆ Iyer Boy, Vadamal, Athreyam, Moolam, 33/6', B.Com., Private

Company, Chennai, Rs. 15,000/- p.m., seeks employed/unemployed girl, Subsect no bar. Contact : 044-22276917. Box No. 14386

◆ ஐயர், சுக்லயஜுர் வேதம், மௌத்கல்யம், புனர்பூசம், மெட்ரிகுலேஷன் ஜூன் 1965/173 செ.மீ., பி.எஸ்.என்.எல்.லில் சீனியர் அக்கவுண்டன்ட் ஆகப் பணிபுரியும் மாத வருமானம் ரூ. 18,000/- நல்ல பழக்கங்கள் உள்ள வரனுக்கு நல்ல குடும்பத்தில் உள்ள அமைதியான அடக்கமுள்ள பிராமணப் பெண் தேவை. வயது 32லிருந்து 38 வரை. எந்த உட்பிரிவும் சம்மதம். எதிர்பார்ப்பு எதுவுமில்லை. தொலைபேசி : 022-24324477 செல் : 09869254477 email: nsundar@mtnl.net.in Box No. 14387

◆ ஐயர், 33, 5.3', வடமாள், கேட்டை, கர்க கோத்திரம், Own Business , ரூ. 30,000/- முதல் 40,000/-க்கு குறையாமல் மாத வருமானமும், சொந்த வீடும் நல்ல வசதியுமுள்ள பட்டதாரிக்கு, பட்டதாரி, +2/10வது படித்த மணமகள் தேவை. எப்பிரிவும் சம்மதம். ஃபோன் : 080-26713588/ 09901311841 பெட்டி எண் : 14388

◆ **Athreya, Vadama Iyer, Chitirai-3, 30 years, 181 cms, B.Com., MLM PGDCA, PGDBM (MBA) working as H.R. Manager in a MNC at Chennai. 45,000/- p.m., seeks graduate girl. Subsect no bar. Phone: 4203 3130. Box No. 14389**

◆ Tanjore Iyer Boy, Avittam, Vadamal, Garga May 1974, 5.9', MCA Asst. Consultant MNC, Chennai Makara Rasi/Rishaba Lagna Kethu & Budhan in Lagna, seeks suitable Vadamal/ Brahacharanam, Brides UG/PG, employment not a must, age diff. 4 to 6 years. Matching Stars : Rohini, Hastham, Swathi, Visakam, Sadhayam, Poorattathi. Contact : 044-22275754. Box No. 14390

திருமண மலர் - விளம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 500/- அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ. 15/- வண்ணத்தில் 'ஹைலைட்' செய்ய ரூ. 100/- கூடுதலாக அனுப்பவும். வண்ணப் புகைப்படத்துடன் (1" X 1") வெளியிட ரூ. 800.

◆ Iyer, Vadamal, Garga, Kettai-1, 30/5.11', Plus Two, ITI Electrician, Private Company, Chennai, 7000/- Own House, seeks employed bride, Subsect no bar. Contact : 044-2476 0057. No Expectations. Box No. 14392

◆ Vadamal, Bharathwajam, Avittam-4, 165 cms, 30 eyars, B.Com., Rs. 7000/- p.m., Pvt. Company, seeks +2/ Graduate girl from middle-class family. Subsect no bar. Father Central Govt. Gazetted Officer. Mother Retired Central Govt. Pensioner. 044-2471 3028. Box No. 14393

◆ Thenkalai Iyengar, Koundanyam, Uthiram, age 45, employed in Chennai, ITES, B.Com., Manager-Accounts, Rs. 50,000/- p.m., 5.11' ft, fair, seeks educated Iyengar girl, employment preferred, Kalai no bar. Ph : 2474 6475 Mail-pascc2008@gmail.com Box No. 14394

◆ Alliance for Iyer, Bharathwaja, Visagam, Thula Rasi, 30 years, B.Tech., (IIT), MS (USA) working in USA. Only son, Innocent Legal Divorcee, No Encumbrance, seeks truly home loving girls with good marital and family values. No Expectations Box No. 14395

◆ Iyer, Vadamal, Kousikam, Sadayam, 31/173 fair, Asst. Manager, Dr. Reddy's Lab. Hyderabad Five Lac per annum, seeks fair, tall graduate Religious. Minded employed Iyer girl. Contact Ph : 044/2224 1005 Box No. 14396

◆ Iyer, Ashtasahasram, Srivatsam, Moolam-2, 31, B.Com., PGDCA, 167 cm, 12,000/- seeks fair, good-looking, home loving employed bride from decent, Brahmin family. Subsect no bar. Contact : 94440 24291. Box No. 14446

◆ Iyer, Ashtasahasram, Bharadwajam, Hastham 1st padam, December 1974, 5.10', M.C.A., D.N.I.I.T., MNC, Chennai, Rs. 6.5 Lakhs per annum, good-looking Boy's parents seek good-looking graduate employed/ unemployed girl. Subsect no bar. Send BHP. 044-2847 2629. Box No. 14398

◆ Wanted IT employed homely girl for North Arcot, Vathima, Gauthama Gothram, Utthirattadhi, 6.0', 26 years Boy, B.E., MBA., City Bank, Mumbai, Emoluments Rs. 7 Lakhs p.a. Phone : 0416-2255 349/098653 36850 Box No. 14399

◆ **Brahmin, Tamil Iyer, Vadama Srivatsam, 15.11.78/176, Krithigai-4, fair, handsome, BE, MS Programme Analyst in UK (Birmingham) work permit, clean habits, seeks fair, good-looking, qualified employed/unemployed bride from respectable family 044/ 2242 3405 Box No. 14400**

◆ ஐயர், வடமாள், வாதுல, அஸ்வதி, வயது 37, (பி.ஏ.) மாத வருமானம், ரூ. 10,000/- மத்திய அரசு பணி (இரயில்வே) சிவப்பு, அழகான மணமகனுக்கு தகுந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். 0431-2456436/99940 66465 பெட்டி எண் : 14401

◆ Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Moolam-3, 34/5.6', B.Com., (CPA), (MBA), MNC Bangalore, Rs. 25,000/-

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி 10/3/2008. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : பெட்டி எண் : .... C/o மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

p.m., seeks graduate bride, Ph : 080-25662849 + 044-2498 6775 Box No. 14402

◆ Iyer, Vadamal, Athreya, Hastham 2nd padam, 1975, 151 cm, B.Com., PGDM, Own Business Rs. 20,000/- seeks graduate girl. Contact : 044-2258 3132 Box No. 14403

◆ தமிழ் ஐயர், வடமாள், நைத்ருப காசியப கோத்திரம், பூரட்டாதி, 4ம் பாதம், 30 வயது, டி.பார்ம்., தனியார் வேலை, சென்னை, ரூ. 15,000/- மாத வருமானம், +2/டிகிரி படித்த சென்னையில் பணி பார்க்கும் மணமகள் தேவை. போன் : 0444270 1753/98407 65094 பெட்டி எண் : 14404

◆ Iyer, Vadama, Koushigam, Kettai, 31 years, MCA, Project Leader in HCL Technologies, seeks suitable bride, Subsect no bar. Ph : 044-2278 0189 Box No. 14405

◆ Iyer, Brahacharanam, Kahsyapa, Bharani, 27, 5.4', L & T Senior Engineer, working at present in Delhi, Rs. 3 Lac p.a. seeks suitable girl. Contact : 0431-2433241 Cell : 9443613632 Box No. 14406

◆ Iyer, Tamil, Vadama, Sreevatsa, Chitrai, Thula Rasi, B.Tech., May 1981, SWE, employed USA seeks suitable bride, fair, graduate, Subsect no bar. Contact : 0471-246 3821 Box No. 14407

◆ Iyer, Brahacharanam, Kashyapa, Sadhayam, May 1974, 168, M.C.A., Sofware Engineer, Bangalore, 8.7 Lac p.a. Native Madurai, seeks UG/P.G. girls employed/unemployed from respectable family. (080) 2565 8074, Mob : 94484 58005 Box No. 14408

◆ Vadagalai Iyengar, Srivatsa, Sravanam, 31/170cms, M.Com., employed MNC, Chennai seeks graduate girl, clear horoscope Kalai no bar. Contact : 044-2670 5898. Box No. 14409

◆ பாலக்காடு ஐயர், கௌசிகம், பிரஹசரணம், ரேவதி, மீனம், 41/165, DME ரிலையன்ஸ் இன்சூரன்ஸ், அட்வைஸர் ஆகப் பணிபுரிபவருக்கு படித்த பணியிலுள்ள மணமகள் தேவை. போன் : 0422-2422475 பெட்டி எண் : 14410

◆ Iyer, Vadamal, Athreya, Barani, 29/173cm, fair, PG in Marketing/MHRM, H.R. Manager in Leading Sotware Co., 18,000/- + 8500, (Own House), seeks only graduate employed Iyer girl. 044-2817 0031. Box No. 14411

◆ Alliance for Iyer Boy, 27, 178, Vadamal/Bharathwaja, Bharani, fair, slim, B.Tech., SWE, TCS, Chennai from Chennai based working girls. Subsect no bar. Contact : Ph : 04639-246115, 09965480048 between 7.00 & 9.00 p.m., Box No. 14412

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Koundinya Gothram, Jeshta Nakshatram, 38/178 cms, MFM, MBA, CPL from USA. employed as Pilot in a reputed Airline Company in Bangalore getting salary 1.5 Lakhs per month. Seeks suitable graduate girl employed/non-employed. Subsect no bar. Iyer/Iyengar. Contact : 080-2860 3411. Box No. 14413

◆ Iyer, Vadamal, Mouthgalyam, Barani, 34 years, 178 cm, Computer Diploma, working Pvt. Co., Mumbai, divorcee, no bad habits, Required unmarried or divorcee without issue.

no expectation, simple marriage. Mob 09881 408542. Box No. 14414

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், பூசம், பி.எஸ்ஸி., 39/165, தனியார் கம்பெனியில் ரூ. 20,000/- மானேஜராகப் பணிபுரியும் மணமகனுக்கு பணியிலுள்ள/இல்லாத (வசதி குறைவாக உள்ளவர்களும்) மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். தொடர்பு : 044/2232 6061-044/2461 8107-9382605177. பெட்டி எண் : 14415

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், அனுஷம்-4, வயது 35, மாத வருமானம் ரூ. 10,000/- தனியார் நிறுவனம், சொந்த வீடு பையனுக்குத் தகுந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். 0462-2573 463. பெட்டி எண் : 14416

◆ ஐயர், வடமாள், பூரம், ஆத்ரேயம், 27/ ICWA, Tata Tele Service/Rs. 20,000/ - 5.2', வேலைக்குச் செல்லும் பெண் தேவை. தொடர்பு : எல். கீதா சுந்தர், நெ. 8, வைத்தியர் அண்ணாமலை தெரு, மயிலாப்பூர், சென்னை - 600 004. போன் : 9941130488/ 9940412474 பெட்டி எண் : 14417

◆ Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Swathi, Shuddha Jadhakam, 5.9', March, 1983/BE MS (California), employed in Boston (USA) with clean habits, seeks BE/MS/MBA/MCA. Girls, subsect no bar. Send horoscope. Contact : 022-28971286/09867053772 Box No. 14418

◆ Iyer, Vadamal, Bharadhwajam, Tiruvonam, 34/5.11', B.Com., HDSE (MBA), MNC, Bangalore, 45,000/- p.m., handsome seeks graduate/PG, employed girl, decent family, Subsect no bar. Ph : 09952990746; 09845462086. Box No. 14419

◆ காசியபம், வடமாள், ரேவதி, 32/165, சிவப்பு, அழகு, ஆரோக்யம், மானேஜிங் டைரக்டர், சூப்பர் மார்க்கெட், சென்னை ரூ. 35,000/- பெறும் வரனுக்கு வடமாள்/ பிரஹசரணம் குடும்பப்பாங்கான பட்டம் பெற்ற பெண் தேவை. ✆போன் : 43072025(044) பெட்டி எண் : 14420

திருமண மலர் பகுதியில் இடம்பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கையொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. மணமகள் அல்லது மணமகன் பற்றிய வயது, வருமானம், அந்தஸ்து உள்ளிட்ட இதர விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்களா என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதிசெய்து கொள்வது நல்லது. மேலும் வாழ்க்கைத் துணையைத் தேர்ந்தெடுக்கும்பொழுதே மருத்துவப் பரிசோதனையும் மேற்கொண்டால் பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் குழந்தைகள் பிறப்பதைத் தடுக்கலாமே!

- பதிப்பாளர், மங்கையர் மலர், சென்னை 600 032

◆ Iyer, Brahacharanam, Athreya Kettai, 43 years, 5.8', B.A., Own Business, Settled in Cochin, seeks suitable bride. Subsects no bar. Income Rs. 30,000/- p.m., Phone : 040-6515 2225 Box No. 14421

◆ ஐயர், பாரத்வாஜம், 35, திருவாதிரை, 5.10, ஆண்டு சம்பளம் ரூ. 12 லட்சம் குறுகிய கால முதல் திருமணம், சட்டப்படி விவாகரத்தானவருக்கு, மணமாகாதவர், குறுகிய கால மணவாழ்க்கையுள்ள விவாகரத்தானவர்கள் ஜாதகம். போட்டோ, விவரங் களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 14422

◆ ஐயர், வடமாள், வாதுல, மகம் (4), slim, 28, 175 cm, Depy. Manager in MNC, பையனுக்கு, 24-27 வயதுக்குட்பட்ட slim, உயரமான, வேலைக்குப் போகும்/போகாத குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. Contact No. 43556669 email : knkarthi_ford@yahoo.com Box No. 14423

◆ Iyer, Brahacharanam, Srivatsam, Aswini, 30, 5.5', B.E., MBA, Inspection Engineer, working in Muscat, seeks good-looking, girls with education-Dip, UG, PG any, discipline, working/ not working, Age 25-28, ht. 5-5.4' from good family. Subsect no bar. Contact : 044-2479 1473, 98400 35466. Box No. 14424

◆ Tanjore, Vadamal, Srivatsam, Anusham, 1976, September, 182 cms, fair, LLM, Advocate Supreme Court, Delhi, Rs. 60,000/- per month seeks suitable bride below 28 years. Subsect welcome. Reply with horoscope Mobile : 9382851208 Box No. 14426

◆ Tamil Iyer, Vadamal Vishwamithram, Thiruvathirai, July 1977, Ht. 6', M.S. employed IT-MNC Pune, very fair, clean habits, seeks post-graduate, homely, good-looking bride Born 1981 onwards. Contact 020-25881473, 09881095604 vanajaa@gmail.com Box No. 14427

◆ Bride wanted for Iyer, Brahacharanam, Bharadwajam, Thiruvonam, July 67, 5.6', issueless legal divorcee/B.Sc., PG Diploma (NIIT)/Project Manager in MNC, Bangalore. Horoscope match important. Box No. 14428

◆ Iyer, Brahacharanam, Kaushika, Poorattadhi, Nov. 71/189 cm, Diploma in Engineering, fluent in English, Private Ltd., Company unit of wellknown group, Chennai, Income 33000, clean habits, Parents respectable well to do settled Chennai. Only brother elder married. No sisters. Seeks suitable girl from good family. No Terms. Subsect no bar. Phone : 044-2491 8430 Cell : 9444449519 Box No. 14429

◆ Iyer, Vadamal, Kousikam, Revathi, Meenam, 35, 165 cm, BPO, 2.5 Lak p.a. seeks suitable bride. 9840202360/ 9840090308, Box No. 14430

◆ Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Sadhayam 29/185, BE MS (BITS, Pilani), senior Software Engineer, Chennai seeks well educated bride. Subsect no bar. Contact : Uma, 044-

24911591 nithyamrajanee@yahoo.co.in Box No. 14431

◆ Iyer, Moudgalya, Vadamal, Moolam (III), 5.11', M.Com., M.Phil., employed Pvt. Sector Rs. 1.2 lacs p.a. seeks suitable bride. Subsect no bar. Contact : 2471 0783. Box No. 14432

◆ **Tamil Iyer, Vadamal, Koushikam, Swathi, 6th July '76, 178 cm, fair, MS IT & Management, Project Manager, IGate, Chennai, Salary Rs. 8.5 lacs p.a. seeks suitable bride, age difference 4-6 acceptable. C. Sankaranarayanan, Ph : 044-24848225, 044-43530225 cell : 9841541088 Box No. 14433**

◆ Iyer, Vadamal, Haritham, Poorattadhi, Kumbam, Oct. 74, B.Com., (MBA) Accounts Officer, 20,000/- p.m., (also mridangist) seeks graduate girl (employed or not employed) Subsect no bar. Ph : 044-2241 2369, 25522619, 98840 40073. Box No. 14434

◆ Iyer, Vadamal, Naithruba Kashyapa, Anusham, (Chevvai in 8th place), August '79, fair, 176 cms, M.Sc., (C.S.) S/W Professional, Chennai, Rs. 30,000/- p.m., Teetotaller, seeks fair, Gr/Pg employed Vadamal/Brahacharanam girl, suitable stars : Aswini, Krithigai, Mrigasirisham, Rohini, Punarpoosam, Uthiram, Uthiradam, Avittam, Pooratadhi. Contact : 044-22381596/ itzkrish@gmail.com Box No. 14435

◆ Iyer, Vadama, Bharadwaja, Barani, M.Sc., 32, Import Export Business, Chennai, 2 Lakhs p.a. seeks bride from decent family. Send horoscope details to Box No. 14436

◆ Tamil Iyer, Vadama, Srivatsam, Uthirttadhi-3, 172 cm, 3/8/77, fair, clean habits, MCA, S/W Engineer, California U.S.A. seeks suitable bride. Tamilmatrimony M895516,

s.srinivasan1977@gmail.com 044-2247 7866, 9790841997 Box No. 14437

◆ Thenkalai, Kousigam, Sadayam, Kumba Rasi, 1 Jan 1971, 170 cms, fair, B.Com., PGDCA, Clean habits, employed as Accountant in Muscat (family status) INR 50,000/- p.m. Own Flat in Chennai, Mother no more, father remarried, seeks any South Indian Brahmin bride from good family. Vegetarians from orpnanages also welcome. Widows/Divorcees excuse Box No. 14438

◆ தமிழ் பிராமண வகுப்பு, கடகம், புனர்பூசம், 38, 5.2', தினத்தந்தி ஹலோ எஃப்.எம்., சென்னையில் அக்கவுண்டன்ட் 10,000/- மாத வருமானம், தகுந்த +2/ டிகிரி படித்த 30-35 வயது வரையிலான மணமகள் தேவை. போன் : 98840 51507 (மகாதேவன் - சகோதரர்) பெட்டி எண் : 14439

◆ வடகலை, ஐயங்கார், சடமர்ஷணம், (தாயார் ஐயர்) ரேவதி, 37/173, fair, B.Com., Manager in MNC Insurance Rs. 21,000 p.m., படித்த, குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். தொடர்பு : 044-22241905 மொபைல் : 9994441776, 9381285511 பெட்டி எண் : 14440

◆ Hindu Brahmin, 40 years, I.T. Professional Philadelphia, U.S.A. Green Card divorcee with 2 children 10 and 8 years partial custody arrangement seeks well qualified, employed Ladies in or near Philadelphia/New Jersy, aged 30/38 years. Divorcees/ unmarried Hindus only. Reply Box No. 14441

◆ Iyer, Vadamal, Koushikam, Thiruvadirai, ACA, LLB, 29/175/Rs. 45,000 p.m., working in MNC Chartered Accountant firm, Bangalore. Seeks well qualified home loving girl. Send horoscope, biodata, family particulars. Phone : 080-26602357 Box No. 14442

◆ Iyer, Brahathcharanam, Srivatsam, Hastham-1, M.S. (US) Design Engineer (US) age 26, height 6.0', well to do Orthodox family. Seeks bride from Brahathcharanam, Ph. No. 0431-2481868, 69 Cell No. 94433-81864 Box No. 14443

◆ Iyer, Vadamal, Madara Gothram, Moolam, 32/5.8', Good-looking, M.Com., Executive in ABN AMRO - Rs. 25,000/- p.m. seeks suitable bride. Phone : 98402 00273, 09881136702. Box No. 14444

◆ Iyer, Vadama, Vadhoolam, Uthiradam-III, 1979, 195 cms, M.Com., Well Built, employed in BPO Chennai (night shift) Rs.1.40 lacs pa. seeks graduate employed/ unemployed girl. Box No. 14445

◆ Iyer, Brahacharanam, Agasthia, Magam, 31.7.73, B.E., 15,000/- Civil Engineer, seeks employed/ unemployed girl. Subsect no bar. D. Venkataswamy, C/o K.Rajaram, Plot No. 4, Thirukameswarar Nagar, I Cross (East), Villianur, Pondy - 110. Cell : 9940942879

◆ தமிழ் ஐயர், வடமாள், வாதூலம், மகம் 39/167, B.Sc., LLB, MPH, NIIT தனியார் நிறுவனம், 36,000 பூனா, பெண், குடும்ப விவரங்கள் போட்டோவுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். R.V. Ramani, S 114/3 ரித்தி சித்தி, பிளாட் 7, விச்ராந்தவாடி, பூனா - 411 015.

◆ ஐயர், அஷ்டசஹஸ்ரம், பாரத்வாஜம், அனுஷம், செப்டெம்பர் 1980, 5.7', பி.ஈ., எம்.என்.சி. பெங்களூர் 6.7 lacs p.a. 2ல் ராகு 8ல் கேது மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். கே. சுந்தரராமன், 172, பெரியார் நகர், கூத்தப்பாக்கம், கடலூர் - 607 002. 9486601324

◆ கவர நாயுடு, உத்திரம், சிம்மம், 41, பி.ஈ., 155 செ.மீ., AE-TNEB மாதம் ரூ. 20,000/- (சட்டப்படி) விவாகரத்தானவர், நல்ல

குணமும், நன்கு படித்த பிராமின் அல்லது நாயுடு இன வயது 30 - 35 க்குள் பெண் தேவை. வெ. துவாரகநாத், த/பெ. வெங்கடகிருஷ்ணன், 27, நல்லப்பா நகர், பொள்ளாச்சி -2.

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், அவிட்டம், 30, வசதிமிக்க குடும்பம், சொந்த வீடு மற்றும் இதர சொத்துக்கள் மூலம் மாத வருமானம் ரூ. 17,000/- தந்தையின் திடீர் மறைவால் தற்சமயம் வீட்டுப் பராமரிப்பை கவனித்து வருகிறார். ஒரே பையன். நல்ல திடகாத்திரமான அழகானவர். நடக்கும் போது மட்டும் காலை சிறிது வளைத்து நடப்பார். நல்ல குடும்பப்பாங்கான பெண் மிக ஏழ்மையாயினும் சம்மதம். இதர பிராமண வகுப்பினரும் சம்மதம். எதிர்பார்ப்பு எதுவுமில்லை. கே. லக்ஷ்மி நாராயணன், ஜி 4, குரு ரெஸிடென்சி, 6, 16வது தெரு, நங்கநல்லூர், சென்னை - 600 061. செல் : 94430 72827

◆ Iyer, Vadamal, Uditya, Uthiradam-4, 39/5.8', B.A. Diploma in Electronics Employed Bahrain 30,000/- settling Madras May. Owns Flat Ramapuram, seeks bride. No expectations. N. Srinivasan, 6/17 Rajeswari Colony, Virugambakkam, Chennai - 92. 23773176

◆ Iyer, Brahacharanam, Shadamarshanam, Ayilyam, 28/170, DAE, BBA, Prime Investment, Chennai, Rs. 35,000/- p.m., seeks suitable bride. K.S. Ramamoorthy, 212/13 St. Mary's Road, F 4 Land Marvel Apartment, Mandaveli, Chennai - 600 028. Ph : 2461 7035.

◆ Iyer, Vadama, Haritha, Uthirattadhi, 1975, 180, Clean Habits, PG, Handsome, Area Sales Manager, MNC,

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Srivatsam, Thiruvonam, 29, 5.11', B.Sc., Aptech qualified, Project Manager, Banking + Software solutions with Iflex Solutions. Rs. Eight Lakhs p.a. presently posted at Vietnam. Fair, Religious minded, Music Loving, Clean habits, looking for Religious like minded bride, Graduate with Basic Computer knowledge, Preferably unemployed. Fluent in English willing to travel abroad with groom, if employed should be willing to quit the job. Groom will be generally-deputed abroad. Bride Should be willing to stay with in-laws in case of deputation less than three months. As visa will not be given for longer duration of deputation bride has to accompany groom. Boy will be here for 1½ months. Marriage within that period will be better. Please send postcard size colour photograph returnable & horoscope to G. R. Nandakumar, 177/C 19th Main, Subramanya Nagar, Bangalore - 560 021. 080-23579895, 0-9902452423 preferable timings 11.00 A.M. to 10.00 P.M., 0-9880256090- 11 AM to 1 P.M., 4 PM to 6 PM, 8 PM to 9 PM and copy of horoscope for matching and speedy proceeding to Mrs. Bhargavi Neelakantan, B-122, E.S.I.C. Staff Quarters, 143, Sterling Road, Nungambakkam, Chennai - 600 034.

Hyderabad seeks girl decent middle class graduate, homely and simple. V. Lakshmi G-1 Sri Vasanth Vinayaga Apartments, 92/130, M.K.Amman Koil Street, Mylapore, Chennai - 600 004. Ph : 65677589, email: lakshmiv_iyer@yahoo.co. in

◆ ஐயர், வடமாள், 39, 5.7', DME, ICF (Railway) செக்ஷன் இன்ஜினியர், ரூ. 25,000/- கிருத்திகை 2ம் பாதம், பாரத் வாஜம், தகுந்த டிகிரி படித்த மணமகள் தேவை. என். லக்ஷ்மி, நெ. 7, ஆதிநாத் நகர், தென்பழனி நகர் (விரிவு), கொளத்தூர், சென்னை - 99. ஃபோன் : 9444621157

◆ Iyer, Brahacharanam, Bharathwajam, Anusham, B.Com., ICWAI, 31/165, Asst Manager, M.N.C. 7.5 L.P.A. Subramanian, 107, 'L' Block, 19th Street, Anna Nagar East, Chennai - 600 102. Ph : 044-2663 1383/ 9944 555 223.

◆ Wanted bride upto 39 years for Tamil Iyer, Vadama, Naidruvakasyapa, Ashwini, 1967, 170 cm, B.Sc., Electronics MBA employed Mumbai. Contact : Flat 21, Anuradha Complex, Bhaupatil Road, Kirkee, Pune - 411 020. Phone : 020-2581 8702 9890001857.

◆ கன்னட ஸ்மார்த்தா, அறுவத்து ஒக்கலு, அரிதஸ கோத்திரம், அனுஷம், 1982, 5.5', பி.எஸ்ஸி., மருத்துவ பிரதிநிதி, தனியார் பணி, ரூ. 20,000/- மாத வருமானம், பிராமணர்/உட்பிரிவுகள் சம்மதம். விஜயராகவன், 7, ராஜாஜி அவின்யூ, ஐ.ஐ.டி. காலனி, நாராயணபுரம், பள்ளிக்கரணை, சென்னை - 601 302. 044-65426988

◆ ஐயர், வடமாள், கர்க கோத்திரம், அனுஷம், 28/5.8', பி.எஸ்ஸி., செவ்வாய் தோஷம், கல்கத்தாவில் ஆபீஸராக ரூ. 25,000/- சம்பளம் உள்ள வரனுக்கு மணப்பெண் தேவை. என். பார்வதி, 119, சத்தியமூர்த்தி தெரு, திருநெல்வேலி டவுன் - 627 006. ஃபோன் : 0462-2321 898. செல் : 0982080 9393

◆ சோழிய வெள்ளாளர், சிவ, உத்திரம், 29/5.10', எம்.சி.ஏ. மாநிறம், employed in Emphysys, Bangalore, 7 Lakhs per annum, Degree படித்த நல்ல family background உள்ள 24 வயதுக்குள் உள்ள பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். எஸ். பன்னீர் செல்வம், 23 லக்ஷ்மி கார்டன், திண்டல், ஈரோடு - 638 009. ஃபோன் : (0424) 2431099, 9345407211

◆ ஐயர், வடமாள், ஆத்ரேயம், கேட்டை, 30, 172, DEEE, தனியார், 38,000, படித்த வேலைக்குச் செல்லும்/செல்லாத மணமகள் தேவை. தொடர்பு : பி. சுவாமிநாதன், நெ. 15, கம்பன் நகர், கிழக்கு பாண்டி ரோடு, விழுப்புரம் - 605 602. ☏போன் : 04146/249081

◆ **Iyer, Brahacharanam, Haritham, Chithirai, 29/160cm, BBA, PGDBA, Private Company, Rs. 15,000/- p.m., Seeks bride, K. Varadarajan, 2/913-A, I Cross, Vinayagapuram, Bagalur Road, Hosur - 635 109, Mob : 9944350754**

◆ ஐயர், வடமாள், காசியபம், புனர்பூசம், 29, 5.8', மாநிறம், என்.சி.வி.டி., ஏ/சி டெக்னீஷியன், **Emirates group**, சம்பளம் 50,000/- துபாயில் பணிபுரியும் பையனுக்கு தகுந்த மணப்பெண் தேவை. ஹரிஹரன், பிளாட் எண் 2, டோர் எண் : 4/19, சாந்தி நகர், முதல் தெரு, ஆதம்பாக்கம், சென்னை - 88. ☏போன் : 2255 0497 (044) **email : hramesh_actech@yahoo. com**

◆ ஐயர், 28, கௌசிகம், சித்திரை, 5.6', எம்.பி.ஏ., **Own Business**, மெடிக்கல், 20,000/- வேலைக்குச் செல்லாத பிஸினஸ் பார்த்துக் கொள்ளும் பெண் தேவை. தொடர்பு : எஸ். சுவாமிநாதன், 8/19, மசூதி தெரு, மயிலாப்பூர். ☏போன் : 2461 2459/ 2464 1057.

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், பூரம், 42, பி.காம்., தனியார் கம்பெனி, ரூ. 15,000/- மாத வருமானமுள்ள வரனுக்கு தகுந்த மணமகள் தேவை. ஜி. கிருஷ்ணமூர்த்தி, 14, 13 வது தெரு, தில்லை கங்கா நகர், பழவந்தாங்கல், சென்னை - 600 061. ☏போன் : 044-22346611.

◆ **Srivatsam, Vadamal, Ayilyam second padam, Oct. 25th 1978, BE (Mech), Production Engineer, Salary 17,000/- p.m., 164 cm, seeks suitable bride. Contact : Sagar Subramanian, Flat E-31, Kaveri Block, Siroman Nagar, Dimna Road, Mango, Jamshedpur- 831 018. Cell : 94307 76182, 93343 38387 Tel : 0657-6531294**

◆ Bombay based Iyer, Brahacharanam, Kaushigam, 1974 born, Anusham, padam 3, slim, 5.10', B.Sc., Customercare Advisor Rs. 25,000/- monthly having flat seeks Charming Iyer Bride. Contact : Venkatraman, Flat 103, Vinayvihar, 36, Telephone Nagar, Indore - 452 018.

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், மகம், 31, 6 அடி, BBA, Graphic-web-Designer, 12,000 மாத வருமானம், டிகிரி படித்த மணப்பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். கமலம்மாள், Ananda Apartment, Phase II H1, Urappakkam - 603 202.Ph : 2746 2235

◆ Haridam, Astasastram, Hastham, 30, 5.7', B.Com., working + having Own Textile Shop, seeks educated home loving girl. Contact : Mrs. Chandra Viswanathan, 22/B Nakuleshwar Bhattacharjee Lane, Kolkata - 700 026. # 033-2465-2506.

◆ Madhwa/Kannada Brahmin, Balaganadu, Jamadhagni, Revathi, 36/163, B.Sc., PGDCA, working in Diamond Export Co., at Mumbai. Only son, seeks bride. Contact : Narasimhan, 22, SKR Building, Karmegam Theatre Road, Vellakovil - 638 111. Erode (DT) Cell : 9443946876.

◆ Any SI Brahmin bride for only son, Tamil Iyer, Vadama, Bharadwajam, Pooram, 1967, IBHK 5.10', B.Com., 15,000, Contact : R.V. Ganesh, C-16 Jhulelal Complex, Bhatnagar Road, Pimpri, Pune - 411 017. Phone : 9226270151.

◆ ஐயர், ஸ்ரீவத்ஸம், பிரஹசரணம், ரேவதி, 36/185/BE (Comp.) MNC சென்னையில் நல்ல வேலையில் பணிபுரியும் சட்டப்படி விவாகரத்தானவருக்கு (No issues) படித்த குடும்பப்பாங்கான ஐயர் பெண் தேவை. முரளிதரன், ப்ளாட் 10, சுபிக்ஷா 3 வது மாடி, 27, தெற்கு மாட வீதி, திருவல்லிக் கேணி, சென்னை - 5. (044) 28441627

◆ Iyer, Astasahasram, Bharadwajam, Anusham, 5.7.1971, 5.5', B.Sc., ICWA, Inter II, Studying MBA, employed Senior Executive, Suzlon Energy Ltd., MNC Sanganeri, Tirunelveli pay 20,000/- p.m., prefer girl from decent family. Plus Two/Grad. Employment not compulsary. Subsect acceptable. D. Lakshmanan, Plot 28, venkateswara Nagar Main Road, Valasaravakkam, Chennai - 87. Phone :(044) 2486 1230.

◆ Iyengar, 34, 6', Rs. 20,000/- p.m., Owns Flat in Pune, seeks unemployed good family bride. No Expectations. D.K.N. Dorairajan, Flat No. 3, Sree Mangal Apartment, 437, New Mangalwarpeth, Pune - 411 011. Phone : 020-26133500

மணமகன் தேவை

◆ **Hindu Nadar, Spinster Good-looking, Rohini (second) fair, 35/165 B.Sc., (Textile Design - (Engg. Faculty) Master of Fine Arts, NIFT (MBA), MNC Exports as Director, Chennai, seeking suitable professional Engineer/ Chartered Accountant. Caste no bar. Groom settled in Chennai. Send details with photo. Box No. 20001**

◆ Wanted bridegroom for Kerala Iyer girl, M.A., Teacher Aswini, Kashyapam, Chozhia Virchika Lagnam, August 1975, 155 cm, Rahu in Lagnam, Kethu, Chevvai in 7th place. Subsect acceptable. Phone : 0422-2609895 Box No. 20002

◆ Tamil Ashtasahasram, Haritha, Uthiradam, BE, 23, 35,000, 5.4', very fair girl Chennai seeks Chennai Bangalore IT employed BE, M.Tech., BE with MBA boy 26/28. >5.6" very fair, subsects acceptable. Reply with horoscope family details to Box No. 20003

◆ Iyer, Vadamal, Srivatsam, Uthirattathi, 3.04.1981, 5.5', BE, TCS girl seeks BE/MS Boy employed in Software field. Contact : 044-22240600 mail : sesh_1949 @yahoo.co.in Box No. 20004

◆ Iyer, Vadamal, Srivatsam, Pooradam, B.Com., 26.8.1985, 5.5', Slim, fair, good-looking, homely girl seeks. Professionally qualified well employed groom with clean habits. Boy Below 27. Subsect no bar. Box No. 20005

◆ ஐயர், பிரஹசரணம்,, மௌத்கல்யா, சுவாதி, 35, 150 செ.மீ., எம்.எஸ்ஸி., திருச்சியில் மத்திய அரசுப் பணி, அன்றாட வாழ்க்கை பாதிக்காத வண்ணம் கண் பார்வையில் சிறு குறைபாடு உள்ளவர், 7 வயதில் பெண் குழந்தையுள்ள சட்டப்படி விவாகரத்தான பெண்ணுக்கு தகுந்த வரன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். கணபதி 99404 50903 பெட்டி எண் : 20006

◆ Vadama, Kowsika, Visakam - 1, 5.4', 1982, M.C.A., working in MNC, Chennai, seeks professionally qualified well employed Boy with clean habits. Age difference 2 to 5 years. Ph: 22231085 Box No. 20007

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், 21.11.1971, மூலம் 3ம் பாதம், +2, உயரம் 5.1', பெண்ணிற்கு நல்ல பண்பு, நல்ல குணம், நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 20008

◆ Vadagalai Iyengar girl, Kousikam, Uttiram2nd, 42 unmarried, 5.5', M.A. Govt job in Madhya Pradesh, Good-looking, slim, fair, seeks well qualified/ well employed with good earning groom. Contact : M-09425939226 Box No. 20009

◆ Iyer, Vadamal, Srivathsam, Moolam-3, 1981, Dec. 5.2', girl M.Sc., M.Phil., (Physics) working Leading Matric School, Erode passed Karnatic Music, seeks well employed groom with clean habits, Contact : M. Narasimhan, 04288-244296 or 080-26688800 Box No. 20010

◆ இந்து வள்ளுவன், அஸ்வினி நட்சத்திரம், மேஷ ராசி, நல்ல நிறமுடன், M.A. B.Ed., (M.Phil), English படித்து அரசு வேலையில் (BRT-Teacher) உள்ள பெண்ணிற்கு, தகுந்த படிப்பு மற்றும் நல்ல வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 20011

◆ **Parents seek alliance for Daughter Kousikam, Iyer, Makam, 28, 5.4', fair, smart, good-looking working in reputed firm in Los Angeles, proposals from Individuals from same caste 75-79 Born professionally qualified working preferably in Los Angeles/ California Area. Contact : s_ramajayam@ yahoo.com Ph : 044-24811513 (0) 98415 79822 (0) 98401 58742. Box No. 20012**

◆ கார்காத்த வெள்ளாளர், ரேவதி, 31, எம்.ஏ. (மியூசிக்), இசை ஆசிரியை, தனியார் பள்ளி, திருமணமான ஆறு மாதத்தில் கணவனை இழந்தவர், குழந்தைகள் இல்லாதவருக்கு, படித்து நல்ல வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை, குழந்தை இல்லாத தாரமிழந்தவர்கள், சட்டப்படி விவாகரத்தானவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். ஃபோன் : 9865066828, 94860 40176 பெட்டி எண் : 20013

◆ Alliance for Iyer, Vadama, Bharathwaja, Poorattadhi, M.Com., 26, Officer General Insurance from Chennai employed Boys send horoscope family details to Box No. 20014

◆ Tamil Brahmin Kurukkal, Kashyapa Gothram, Thiruvonam-2, 26, 150 cm, M.C.A., S/W Engineer, MNC, Bangalore, seeks suitable bridegroom. 09901981580, 9790841997 guga_j@ yahoo.co.in Box No. 20015

◆ Naicker, 20 May, 1983, Magam, Simha Rasi, 153 cms, Wheatish B.Com., Tally, working as Accounts Assistant in Chennai, Rs. 6000/- p.m., Father no more, Lower Middle Class family. Seeks educated, well employed grooms without any demands from any south Indian Community. Caste no bar. Box No. 20016

◆ Iyer, Vadama, Poorattadhi, Lohitha Gothram, Aug. 1973/160, Legal Divorcee, No Issues, MA, seeks professionally qualified grooms any Brahmin O.K. Father Late, Dy. Director Govt., Mother Penisoner, Own House, Only sister married. Box No. 20017

◆ Vadama, Srivatsa, Uthradam-1, girl post-graduate, 27/162, fair, good-looking, Actuarial Consultant - U.K. Visiting India April, Suddha Jathagam, Refer Tamil Matrimony M 732338. Contact : 022-2868 8574, Box No. 20018

◆ ஸ்மார்த்தா கன்னட பிராமின், அறவத்தஒக்கலு, பூசம், இரண்டாம் பாதம், ஸ்ரீவத்ஸம், 27, பி.சி.எஸ்., ஏ.சி.எஸ். இண்டர் பாஸ், பைனல் குரூப் I & III பாஸ் தனியார் கம்பெனி, ரூ. 15,000/- மாத சம்பளம், நல்ல பணியிலுள்ள பட்டதாரி மணமகன் தேவை. என். சுப்பிரமணியன், 40, ராஜாஜி தெரு, சாத்தூர் - 626 203. போன் : 04562-264222.

◆ **Vadamal, Sravanya, Rohini, 27/ 5.3', B.Com., ICWAI, Sr. Executive in Pvt. Ltd. Co., Rs. 32,500/- p.a. fair, seeks professionally qualified & well settled groom. V.S. Manian, 56A/33, Brindavan Darshan Co.op Hsg. Soc, Brindavan, Thane (w), Mumbai - 400 601, Ph : 022-25435506**

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர்
பிப்ரவரி 2008 இதழுடன் இணைப்பு

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி முடிவுகள்!



சி. ஜெ. அபிநயா, XII
பாரதிய வித்யாமந்திர்
பள்ளி,
பொள்ளாச்சி - 642 002.

மெஹந்தி 64

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ல்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



ஆர். ப்ரீத்தி, பி.எஃப்.ஏ.
அரசு கலைக் கல்லூரி,
சிட்லபாக்கம்,
சென்னை.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



பா. தனலெட்சுமி,
எம்.ஃபில்.,
அமெரிக்கன் கல்லூரி,
மதுரை.

மெஹந்தி



எஸ். லாவண்யா கோகிலா,
பி.எஸ்.ஏ கிரஸண்ட்
பொறியியல் கல்லூரி,
வண்டலூர், சென்னை.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



வி. ரஞ்சித், பி.காம்.,
மேலூர் அரசு கலைக்
கல்லூரி, மேலூர்,
மதுரை மாவட்டம்.

மெஹந்தி

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



ஜி.என். ஐஸ்வர்யம்,
மீனாக்ஷி பொறியியல்
கல்லூரி,
சென்னை.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி
டிசைன்ஸ்
போட்டி!

எஸ். ஐஸ்வர்யா,
டான்பாஸ்கோ (கொளத்தூர்),
சென்னை.

மெஹந்தி

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



வி.பி. சுஷ்மா,
டாக்டர் மகாலிங்கம்
பொறியியல் கல்லூரி,
பொள்ளாச்சி.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



பி. சுகன்யா, பிஎஸ்ஸி.,
(கம்ப்யூட்டர் சயின்ஸ்),
ஆர்விஎஸ் கலை மற்றும்
அறிவியல் கல்லூரி,
கோயமுத்தூர்.

மெஹந்தி

நன்றி

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



ஆர். ரஞ்சிதா,
ஆர்.எஸ். மெட்ரிக்
மேல்நிலைப் பள்ளி,
மடிப்பாக்கம்,
சென்னை.

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



இரா. சரண்யா,
மகளிர் கிறிஸ்துவக் கல்லூரி,
கிழக்குத் தாம்பரம்,
சென்னை.

மெஹந்தி

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



வி. ஸ்ரீவித்யா, எம்.எஸ்ஸி.,
இந்துஸ்தான் காலேஜ் ஆஃப்
ஆர்ட்ஸ் & சயின்ஸ்,
கேளம்பாக்கம்.

பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!



மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



எஸ். சரண்யா,
ஆர்விஎஸ் கலை மற்றும்
அறிவியல் கல்லூரி,
கோயமுத்தூர்.

மெஹந்தி

நன்றி
பாம்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!

ஆர். விஜயலக்ஷ்மி,
எஸ்.எஃப்.எஸ். மெட்ரிகுலேஷன்
மேல்நிலைப் பள்ளி, புதுக்கோட்டை.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



எஸ். எம். கபில்தேவ்,
பி.சி.ஏ. இரண்டாம் ஆண்டு,
டாக்டர். ஆர்.கே. சண்முகம்
கலை மற்றும் அறிவியல்
கல்லூரி, கள்ளக்குறிச்சி.

மெஹந்தி

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி
டிசைன்ஸ்
போட்டி!

எம்.எஸ். பிரபா, எம்.காம்.,
மதுரை காமராஜ் பல்கலைக்கழகம்,
பல்கலை நகர், மதுரை.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி
டிஸைன்ஸ்
போட்டி!



வி. மகாலக்ஷ்மி,
பி.காம்., (இரண்டாம் ஆண்டு),
பி.ஜி.பி. கல்லூரி,
நாமக்கல்.

மெஹந்தி

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ல்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



ஆர். ஹரிணி, பி.காம்.,
ஜே.பி.ஏ.எஸ் மகளிர்
கல்லூரி (எஸ்.ஐ.ஈ.டி)
சென்னை.

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!





கே. செம்மலர், எம்.பி.ஏ.,
அழகப்பா
பல்கலைக்கழகம்,
காரைக்குடி.

மெஹந்தி

நன்றி பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



டி.ஜி. ஸ்ரீதேவி,
பி.எஸ்ஸி., (முதல் வருடம்)
ஜே.பி.ஏ.எஸ் மகளிர்
கல்லூரி,
சென்னை.

நன்றி
பாம்ஸ் & கேர்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



அத்ரிஜா பார்த்தசாரதி, **XII**,
ஹோலி ஏஞ்சல்ஸ்
ஐ.எஸ்.சி. பள்ளி,
திருவனந்தபுரம்.

மெஹந்தி

சென்றி
பாய்ஸ் & கேர்ல்ஸ்!

மெஹந்தி
டிசைன்ஸ்
போட்டி!



ஆர். நிவேதிதா, XII,
ஸ்ரீ ஜெயந்திர சரஸ்வதி
வித்யாலயா மேல்நிலைப்
பள்ளி, கோவை.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



எம். ராதிகா, பி.டெக்., (ஐ.டி.)
ஸ்ரீ சாய்ராம் பொறியியல் கல்லூரி,
சென்னை.

மெஹந்தி

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



ஜி. அம்ரிதா,
பி.சி.எம்.பி.ஏ.,
ஜெயின் கல்லூரி,
வி.வி.புரம், பெங்களூரு.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி
டிசைன்ஸ்
போட்டி!



எம்.எச். ஃபாமியா,
பி.எஸ்ஸி.,
எஸ்.கே.பி. மகளிர் கல்லூரி,
சென்னை.

மெஹந்தி

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



டி.வி. ரேவதி,
எம்.எஸ்ஸி., (கம்ப். சயின்ஸ்),
பி.எஸ்.ஜி. கல்லூரி,
கோயமுத்தூர்.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



என். சோனிகா ஜெயின்,
பி.காம்.,
ஏ.எம். ஜெயின் கல்லூரி,
மீனம்பாக்கம்,
சென்னை.

மெஹந்தி

நன்றி பாய்ஸ் & கேர்ல்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



என். ஜெயஸ்ரீ,
பி.ஈ., (சி.எஸ்.ஈ.,),
ஸ்ரீ லக்ஷ்மி அம்மாள்
பொறியியல் கல்லூரி,
சேலையூர், சென்னை.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



சி. யோகரம்யா,
எம்.ஏ., எம்.ஃபில்.,
தமிழ்ப் பல்கலைக் கழகம்,
தஞ்சாவூர்.

மெஹந்தி

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



காயத்ரி. பா.,
பி.டெக்.,
அண்ணா பல்கலைக் கழகம்,
சென்னை.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



எஸ். மாதங்கி, பி.டெக்.,
(இரண்டாம் ஆண்டு),
எஸ்.எம்.கே. ஃபோம்ரா
இன்ஸ்டிடியூட் ஆஃப்
டெக்னாலஜி, கேளம்பாக்கம்.

மெஹந்தி

பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!
என்றி

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



டி. கவிதா, எம்.எட்.,
ஆர்விஎஸ் கல்லூரி,
திருச்சி ரோடு,
கோயமுத்தூர்.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



கா. சுவேதா, XII
எம்.எல்.எம். மாமல்லன்
மெட்ரிக் மேல்நிலைப்
பள்ளி, காஞ்சிபுரம்.

மெஹந்தி

என்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



எஸ். ஷபானா,
விலங்கியல் துறை 3ம் ஆண்டு,
ஏ.பி.சி மகாலெட்சுமி கல்லூரி,
தூத்துக்குடி.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



எஸ். கற்பகம்,
எம்.ஏ.,
(இரண்டாம் ஆண்டு),
மதுரா கல்லூரி,
மதுரை.

மெஹந்தி

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



எஸ். நதியா, பி.எஸ்ஸி.,
(முதல் வருடம்),
இந்திரா காந்தி ஜெயந்தி
மகளிர் கல்லூரி,
திருவனந்தபுரம்.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!



மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



கே. கௌதமன்,
எஸ்.ஆர்.வி. உயர்நிலைப் பள்ளி, சேலம் மெயின் ரோடு, ராசிபுரம்.

மெஹந்தி

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



யு. ப்ரீதா ஆனந்தி,
வேல் ஆர்.எஸ். பொறியியல்
கல்லூரி, ஆவடி,
சென்னை.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ல்ஸ்!



மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



பூர்ணிமா,
டிப்ளமோ இன் ஈ.சி.ஈ.,
ஏ.எம்.எஸ். பாலிடெக்னிக்
கல்லூரி,
ஆவடி, சென்னை.

மெஹந்தி

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



என். ருக்ஷனா பேகம்,
எம்.பி.ஏ., (முதல் வருடம்),
சென்னை பல்கலைக் கழகம்,
சென்னை.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



இரா. ஸ்ரீப்ரியா, XII
ப்ரின்ஸ் மெட்ரிகுலேஷன்
ஹையர் செகண்டரி ஸ்கூல்,
சென்னை.

மெஹந்தி

நன்றி
பாப்ஸ் & கேர்ல்ஸ்!

மெஹந்தி
டிசைன்ஸ்
போட்டி!



வி. சரண்யா,
பி.காம்., (முதல் வருடம்),
மீனாக்ஷி மகளிர் கல்லூரி,
சென்னை.

சென்றி பாய்ஸ் & கேர்ல்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



ர. பவித்ரா,
சி.எஸ்.ஈ., (முதல் வருடம்)
ஜெயா பொறியியல்
கல்லூரி, திருநின்றவூர்.

மெஹந்தி

நன்றி பாம்ஸ் & கேர்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



க. ரேணுகா தேவி,
DFPN (முதலாம் ஆண்டு),
ஸ்ரீ கற்பக விநாயக காலேஜ்
ஆப் மெடிக்கல் சயின்ஸ்,
மதுரை.

நன்றி பாய்ஸ் & கேர்ல்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



த. ஜனனி, பி.காம்.,
நிர்மலா மகளிர் கல்லூரி,
கோயமுத்தூர்.

நன்றி பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



கே. காயத்ரி, பி.ஈ.,
(மூன்றாம் ஆண்டு)
மூகாம்பிகை பொறியியல்
கல்லூரி, திருச்சி.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



எஸ். சூர்யா, பி.காம்.,
எஸ்.கே.எஸ்.எஸ்.
கலைக் கல்லூரி,
தஞ்சாவூர்.

மெஹந்தி

நன்றி பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



ஜே. ரம்யா,
பி.சி.ஏ. (முதல் வருடம்),
நந்தா கலை மற்றும்
அறிவியல் கல்லூரி,
ஈரோடு.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



எம். ரம்யா, பி.காம்.,
(இறுதியாண்டு),
செயின்ட் ஜோசப் மகளிர்
கல்லூரி, திருப்பூர்.

மெஹந்தி

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



எஸ். கிருத்திகா, XII
ஹோலி ஏஞ்ஜல்
ஆங்கிலோ இந்தியன்
மேல்நிலைப் பள்ளி,
சென்னை.

வென்றி பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!



மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



பி. சந்தியா,
ஸ்டேன்ஸ் ஆங்கிலோ
இந்தியன் மேல்நிலைப்
பள்ளி, கோவை.

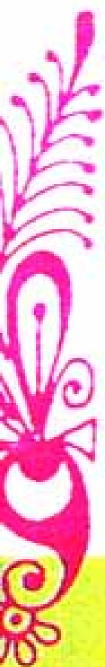
மெஹந்தி

நன்றி
பாண்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



பி. லலிதாம்பிகை,
பி.எஸ்ஸி., (கம்ப். சயின்ஸ்),
எஸ்.ஐ. ஆர்ட்ஸ் கல்லூரி,
சென்னை.



என்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!

கே. வள்ளி,
ஈஸ்வரி பொறியியல்
கல்லூரி,
ராமாபுரம், சென்னை.

மெஹந்தி

நன்றி
பாம்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



எச். சரண்யா, எம்.சி.ஏ.
(இரண்டாம் ஆண்டு),
சாஸ்த்ரா பல்கலைக்கழகம்,
தஞ்சாவூர்.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி
டிசைன்ஸ்
போட்டி!

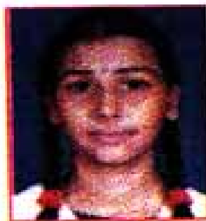


எஸ். ஜனனி,
கிங்ஸ் மெட்ரிகுலேஷன்
மேநிலைப் பள்ளி,
மடிப்பாக்கம், சென்னை.

மெஹந்தி

நன்றி பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



வி. ஐஸ்வர்யா, 9-ம் வகுப்பு,
கேந்திரிய வித்யாலயா,
அசோக் நகர்,
சென்னை.

நன்றி பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிஸைன்ஸ் போட்டி!



ந. உமாமகேஸ்வரி,
பாரதிதாசன் பல்கலைக் கழகம்,
திருச்சிராப்பள்ளி.

மெஹந்தி

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ல்ஸ்!

மெஹந்தி
டிசைன்ஸ்
போட்டி!

ஏ. அபிராமி, பி.சி.ஏ.,
காவேரி மகளிர் கல்லூரி,
அண்ணாமலை நகர்,
திருச்சிராப்பள்ளி.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



சங்கர் பி. ஷ்யாம் சுந்தர்,
சாஸ்த்ரா பொறியியல்
கல்லூரி, தஞ்சாவூர்.

மெஹந்தி

நன்றி பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!





வி. சபீதா,
சத்யபாமா
பல்கலைக்கழகம்,
சாந்தோம், சென்னை.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



ஆர். நிஷா,
பி.ஈ.,/சிஎஸ்ஈ.,
எம்.ஏ.எம். பொறியியல்
கல்லூரி, திருச்சிராப்பள்ளி.

மெஹந்தி

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



எஸ். ராதிகா, பி.எஸ்ஸி.,
(முதல் வருடம்),
செயின்ட் ஜோசப் மகளிர்
கல்லூரி, திருப்பூர்.

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



பி. பவித்ரா, பி.ஈ.,
சி.எஸ்.ஈ., (முதல் வருடம்)
அவிநாசிலிங்கம்
பொறியியல் கல்லூரி,
கோயமுத்தூர்.

மெஹந்தி

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / CC (S) DN / 170 / 06 - 08 * Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN / CC (S) DN / 103 / 06 - 08* Registered as a Newspaper in Srilanka. Supplement to the Mangayar Malar February 2008 issue

நன்றி
பாய்ஸ் & கேர்ள்ஸ்!

மெஹந்தி டிசைன்ஸ் போட்டி!



ப்ரீத்தி ராஜகோபால்,
எஸ்.வி.டி. ஹோம் அண்ட்
சயின்ஸ் கல்லூரி,
மும்பை.

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN/CC(S)DN/170/06-08 - Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN/CC(S)DN/103/06-08 - Registered as a Newspaper in Srilanka